

Omraam Mikhaël Aïvanhov

Reguli de aur pentru fiecare zi



Colecția Izvor

EDITURA



PROSVETA

REGULI DE AUR PENTRU FIECARE ZI

1 - Viața, bunul cel mai de preț

De câte ori nu vi se întâmplă să vă irosiți viața alergând să adunați sau să obțineți bunuri mult mai puțin importante decât viața însăși! V-ați gândit, vreodată, la aceasta? Dacă ați ști cum să-i dați Vieții întâietate, dacă v-ați preocupa să o păstrați, să o protejați, să-i conservați integritatea, puritatea, posibilitățile dv. de a obține ceea ce doriți ar crește implicit. Căci tocmai o astfel de Viață luminoasă, iluminată, intensă, este ceea ce vă poate oferi totul.

Voi credeți, însă, că, din moment ce sunteți în viață, totul vă este permis. Ei bine, nu! După ce vor fi trecut anii în care veți fi muncit pentru a vă satisface ambițiile, într-o bună zi vă veți simți atât de epuizați, atât de blazați, încât, punând în balanță ceea ce ați obținut și ceea ce ați pierdut, veți realiza că ați pierdut aproape totul pentru a câștiga foarte puțin. Câți oameni nu își spun: „O viață am! Vreau să o trăiesc din plin pentru ca să obțin tot ceea ce îmi doresc: bani, plăceri, cunoaștere, glorie...” Și atunci trag tare, muncesc, muncesc și când nu mai au resurse, sunt obligați să-și oprească toate activitățile. O viață trăită în felul acesta nu are nici un sens, căci, dacă îți

pierzi Viața, pierzi totul. Esențialul este Viața, și, în consecință, ea trebuie protejată, purificată, consolidată, trebuie eliminat din ea tot ceea ce o împiedică sau o blochează, căci numai datorită Vieții puteți obține sănătatea, frumusețea, puritatea, puterea, inteligența, dragostea și adevărata bogăție. Deci, de acum înainte, lucrați la înfrumusețarea vieții, la intensificarea ei, la sacralizarea ei. Rezultatul îl veți simți imediat: această viață purificată, armonioasă, va contacta alte regiuni intrând în relații cu o mulțime de alte Entități care vor veni apoi să vă ajute și să vă inspire.

2 - Să împăcăm viața materială cu Viața spirituală

Nu vă cere nimeni să neglijați total viața materială și să vă consacrați numai meditației și rugăciunii, așa cum au făcut-o unii mistici și asceți care au vrut să fugă de lume, de greutatea și de tentațiile ei. Dar nici nu este bine să vă lăsați acaparați total de preocupările materiale, așa cum fac din ce în ce mai mulți oameni. Toți trebuie să fiți în stare să lucrați, să câștigați bani, să vă căsătoriți, să vă întemeiați o familie, dar, în tot acest timp, să aveți o Lumină, metode de lucru care să vă permită să progresați pe calea evoluției. Problema este, deci, de a perfecționa atât aspectul spiritual, cât și cel material: să fiți implicați în lume, dar să trăiți, în același timp, o Viață cerească. Acesta trebuie să fie țelul vostru. Bineînțeles că nu este ușor, căci vă aflați încă în stadiul în care, dacă începeți o Viață spirituală, vă periclitați situația materială, dar dacă

vă preocupați de afaceri, neglijați Viața spirituală. Ei bine, nu: ambele sunt necesare și este posibil să le împăcați. Cum?... Procedând în felul următor: orice veți întreprinde, începeți prin a vă spune: „Eu caut Lumina, eu caut Iubirea, eu caut Puterea adevărată; oare făcând acestea, sau altceva, le voi obține?” Reflectați bine și, dacă ajungeți la concluzia că respectiva preocupare sau activitate vă îndepărtează de ideal, renunțați la ea.

3 - Consacrați-vă viața unui țel superior

Este foarte important să fiți conștienți de țelul pentru care lucrați și în folosul cui lucrați, căci, în funcție de acestea, energiile voastre iau o direcție sau alta. Dacă vă consacrați viața unui țel superior, ea se va îmbogăți, va câștiga în forță și în intensitate. Este situația unui capital pe care îl fructificați: vă plasați capitalul într-o bancă cerească și, în loc să fie cheltuit, risipit, el va crește și vă îmbogățește. Și astfel, mai bogat, aveți posibilitatea să vă instruiți și să lucrați mai bine. Cel care cedează plăcerilor, emoțiilor, pasiunilor, își risipește capitalul, viața, căci tot ceea ce obține trebuie plătit și mijlocul de plată este viața. În timp ce plasându-vă capitalul într-o bancă aflată sus, cu cât lucrați mai mult, cu atât vă întăriți, căci elemente noi, mai pure, mai luminoase, vin să completeze permanent în voi ceea ce ați cheltuit.

4 - Viața zilnică: o materie pe care Spiritul trebuie să o transforme

În orice act al vieții, chiar în cel mai simplu, trebuie să învățați să puneți în acțiune forțe și elemente care să vă permită să transpuneți acest act într-un plan spiritual și să atingeți astfel un grad superior de viață.

Să luăm, ca exemplu o zi obișnuită: dimineața ne trezim, și imediat se declanșează o mulțime de procese, de gânduri, de sentimente și gesturi: ne ridicăm, aprindem lampa, deschidem geamurile, ne spălăm, pregătim gustarea de dimineață, plecăm la lucru, întâlnim oameni etc... Câte lucruri sunt de făcut, și toată lumea este obligată să le facă. Diferența constă în aceea că, în timp ce unii le fac din obișnuință, mecanic, alții - **cei care posedă o Filosofie spirituală - caută să introducă în fiecare din aceste acte o viață mai intensă, mai pură, și atunci totul se transformă, totul capătă un sens nou, sunt tot timpul inspirați.** Bineînțeles, vedem în jurul nostru o mulțime de oameni dinamici, întreprinzători, dar toată activitatea lor se limitează pentru obținerea succesului, a bunăstării materiale, a gloriei; ei nu fac nimic pentru a-și face existența mai senină, mai echilibrată, mai armonioasă. Și această atitudine nu este inteligentă, căci această viață debordantă îi epuizează și îi îmbolnăvesc. Deci, obișnuiți-vă să priviți viața cotidiană cu toate actele pe care trebuie să le îndepliniți, cu evenimentele care vi se întâmplă, cu oameni cu care sunteți în contact, permanent sau întâmplător, ca pe un material asupra căruia trebuie să lucrați pentru a-l transforma. Nu vă

mulțumiți să acceptați ceea ce vi se oferă și să vă supuneți pasiv încercărilor la care sunteți expuși: preocupați-vă permanent să adăugați un element care să însuflețească, să dea viață, să spiritualizeze acest material. **Căci în aceasta constă adevărata Viață spirituală: să fii capabil să introduci în fiecare activitate un element, un ferment capabil să proiecteze această activitate pe un plan superior.** Veți replica: „Și atunci meditația... și rugăciunea?...” Da, într-adevăr, rugăciunea și meditația sunt acelea care vă ajută să captați acele elemente mai subtile, mai pure și care vă permit să dați actelor voastre o nouă dimensiune. Pot apare în viața voastră evenimente care să vă împiedice să efectuați exercițiile spirituale pe care v-ați impus să le practicați zilnic. Dar acest lucru nu trebuie să vă împiedice să fiți în contact cu Spiritul. **Căci Spiritul este mai presus de forme, mai presus de practici. În orice situație, în orice împrejurare, puteți intra în contact cu Spiritul pentru ca să vă însuflețească și să vă înfrumusețeze viața.**

5 - Nutriția, privită ca o activitate yoga

Câți oameni dezechilibrați, din cauza unei vieți trepidante, caută mijloace pentru a se reechilibra! Ei practică yoga, zen, meditația transcendentă sau încearcă să învețe să se relaxeze. Toate acestea sunt foarte bune, dar eu consider că există un exercițiu mult mai simplu și mai eficient: să învățăm să mâncăm. Vă miră? De ce? În loc să mâncăm oricum, în zgomot, cu

nervi, cu grabă chiar - și apoi să mergeți să faceți yoga! - nu este mai bine să înțelegeți că în fiecare zi, de 2 - 3 ori pe zi, aveți ocazia să faceți un exercițiu de destindere, de concentrare, de armonizare a tuturor celulelor?

În clipa când vă așezați la masă, începeți prin a alunga din mintea voastră tot ce vă poate împiedica să mâncați în pace și armonie. Și, dacă nu reușiți imediat, așteptați, pentru a începe să mâncați în momentul când ați reușit să vă calmați. Dacă mâncați într-o stare de agitație, de nervi sau de nemulțumire, introduceți în voi o agitație, vibrații dezordonate, care se vor transmite în tot ceea ce veți face ulterior. Chiar dacă vă veți strădui să creați o aparență de calm, de stăpânire de sine, va emana totuși din voi o anumită agitație, o tensiune și veți comite erori, vă veți izbi de oameni sau de obiecte, veți rosti cuvinte nepotrivite prin care veți risca să pierdeți prieteni sau să vi se închidă porți. În timp ce dacă mâncați într-o stare de armonie, veți rezolva mai bine problemele ce vi se vor prezenta ulterior și, chiar dacă în cursul zilei veți fi obligat să alergați în dreapta și în stânga, veți simți în voi o liniște pe care activitatea voastră nu o va putea tulbura. Începând cu începutul, cu lucrurile mărunte, vom putea ajunge foarte departe. Să nu credeți că oboseala provine întotdeauna din prea multă activitate. Nu: ea survine, deseori, ca urmare a unei risipe de forțe. Și, iată, atunci când înghițim mâncarea fără să o mestecăm suficient și fără să o impregnăm suficient cu gândurile și sentimentele noastre, ea devine mai greu digerabilă, iar organismul nu va putea beneficia din plin, datorită

efortului pentru asimilarea ei. Atunci când mâncați fără să conștientizați importanța acestui act, chiar dacă organismul se întărește prin hrană, el nu primește din ea decât partea grosieră, materială, și care nu este comparabilă cu energiile de care ați putea beneficia dacă ați ști cum să mâncați în liniște și să vă concentrați asupra hranei, pentru a prelua elementele eterice și subtile. Deci, în timp ce mâncați, concentrați-vă asupra hranei și proiectați asupra ei toată iubirea voastră; în acel moment se produce separarea între materie și energie: materia se dezagregă, în timp ce energia pătrunde în voi, putând dispune astfel de ea. În alimentație, importante nu sunt alimentele propriu-zise, ci energiile pe care aceste alimente le conțin prin chintesența din ele, căci în această chintesență este viața. Partea materială a alimentului constituie doar suportul, iar chintesența, atât de subtilă, atât de pură, nu trebuie să alimenteze doar planurile inferioare, corpul fizic, corpul astral, corpul mental; ea trebuie să alimenteze, de asemenea, sufletul și Spiritul.

6 - Respirația

„Să mestecăm” aerul pentru a-i extrage energiile. Obișnuiți-vă să faceți, în timpul zilei, câteva exerciții de respirație. Dar, pentru a fi într-adevăr folositoare, respirațiile trebuie să fie lente și profunde. Aerul curat trebuie să aibă timp pentru a coborî în plămâni, pentru a-i umple și pentru a elimina aerul viciat. Și nu numai că trebuie să respirăm profund, dar este bine, din când în

când, să reținem aerul în plămâni înainte de a-l expulza. De ce? Pentru a fi „mestecat”; căci plămânii mestecă aerul la fel cum gura mestecă alimentele. Aerul pe care îl inspirăm este ca un „dumicat”, plin cu energii revitalizatoare. Pentru a profita din plin de aceste energii, trebuie să le dăm plămânilor timp pentru a-l mesteca și digera. **Când respirați astfel, fiți conștienți că, prin aer, primiți în corpul vostru o Viață divină.**

7 - Dimensiunea psihică și spirituală

Exercițiile de respirație au, Bineînțeles, o acțiune benefică asupra sănătății, dar și asupra voinței și a gândului. Puteți experimenta: dacă aveți de ridicat o mare greutate, veți reuși mai ușor după o respirație profundă. În toate amănuntele vieții zilnice, în relațiile cu ceilalți, amintiți-vă să respirați conștient, și aceasta vă va permite să aveți controlul asupra voastră. Înaintea unei întâlniri, de pildă, pentru ca discuția să nu degenereze într-o dispută, luați-vă obiceiul de a respira corect. Și atunci, când sunteți tulburat, de ce nu cereți ajutorul plămânilor? Ei sunt acolo pentru a vă ajuta. Timp de două-trei minute, inspirați și expirați profund: gândurile voastre se vor ușura și se vor limpezi. Aveți mereu nevoie de ajutor, și este normal, dar de ce îl căutați mereu în exterior atâta timp cât el există în voi?

Dacă ajungeți să sesizați sensul profund al respirației, veți simți, puțin câte puțin, cum propria voastră respirație se contopește cu Respirația cosmică. În

timpul expirației, gândiți-vă că reușiți să vă dilatați, să vă extindeți până la marginea Universului, apoi la inspirație, reveniți către voi, către egoul vostru, care este asemenea unui punct imperceptibil, centrul unui cerc infinit. Din nou vă dilatați și din nou vă contractați...Veți descoperi astfel această mișcare de flux și reflux care constituie cheia tuturor ritmurilor Universului. Prin efortul de al conștientiza în voi înșivă, intrați astfel în Armonia cosmică și apare un schimb între Univers și voi, căci inspirând, primiți elemente din spațiu, și expirând, trimiteți în schimb ceva din inima și sufletul vostru. Cel ce știe să se armonizeze cu Respirația cosmică intră în Conștiința divină. Din ziua în care veți simți această dimensiune, veți dori ca toată viața să inspirați din Forța și Lumina Domnului, pentru ca apoi să o dăruiti lumii întregi. Căci expirația înseamnă și a distribui Lumina pe care ați reușit să o absorbiți de la Dumnezeu. **Respirația conștientă aduce binefaceri nemăsurate vieții fizice, emoționale, intelectuale și spirituale. Va trebui să conștientizați efectele ei benefice pentru creier, pentru suflet, pentru toate facultățile voastre; este un factor deosebit de puternic în toate domeniile vieții. Nu neglijați niciodată acest aspect.**

8 - Cum să recuperăm energiile

Prea des vă lăsați antrenați de această agitație, care de acum a devenit o stare obișnuită a oamenilor și care este foarte dăunătoare echilibrului lor fizic și psihic.

Trebuie să dați mai multă atenție sistemului vostru nervos și să-i acordați, din timp în timp, câte o destindere. Ați putea, de exemplu, să vă retrageți într-o încăpere liniștită, să vă întindeți culcați pe burtă, pe un pat sau pe jos, pe un covor, cu brațele și picioarele destinse; **să vă lăsați ca și scufundați într-un Ocean de Lumină, fără să vă mișcați, fără să gândiți...** După unul sau două minute vă veți ridica reîncărcați. Aceasta este tot; e foarte puțin, dar foarte important. Bineînțeles că veți replica că nu există întotdeauna posibilitatea de a vă întinde astfel. Ei bine, atunci rămâneți pe scaun; principalul este să rupeți tensiunea în care trăiți. Este nevoie să știți să vă opriți, și nu numai odată sau de două ori pe zi, ci de zece, cincisprezece, douăzeci de ori. Aceasta poate să nu dureze decât unul sau două minute, important este să vă obișnuiți să o faceți cât mai des. Ori de câte ori aveți un moment liber, indiferent unde vă aflați, în loc să pierdeți timpul sau să vă enervați că trebuie să așteptați, profitați de ocazia ivită pentru a vă liniști și a vă regăsi echilibrul; vă veți relua apoi activitatea cu forțe sporite.

9 - Iubirea ne face neobosiți

Cel mai mare secret, pentru a ne desfășura activitatea în cele mai bune condiții, este să învățăm să lucrăm întotdeauna numai cu iubire. Căci iubirea este cea care dă puteri, viața, care renaște. Când această iubire nu există și când munca este considerată doar ca un mijloc de subzistență, această atitudine nu conduce la rezultate

bune. Bineînțeles, banii se câștigă, dar dispăre bucuria, entuziasmul, omul devine iritabil și sănătatea sa se alterează cu timpul. Lucrați preț de mai multe ore cu iubire și nu veți simți oboseala; lucrați un timp mai scurt, fără iubire, cu supărare sau revoltă, și totul se va bloca în interiorul vostru, vă veți simți slăbiți și fără forță. Trebuie să înțelegeți eficacitatea, puterea iubirii. În tot ce faceți puneți iubire sau, dacă nu, mai bine renunțați la a face acel lucru. Tot ceea ce faceți fără iubire vă obosește, ba chiar vă otrăvește, așa încât să nu vă mire dacă după, aceea sunteți epuizați sau bolnavi. Câtă lume se întreabă cum să combată oboseala! **Secretul este să pui iubire în tot ceea ce faci, căci iubirea este ceea ce trezește toate energiile.**

10 - Progresul tehnic oferă omului timp liber pentru o activitate spirituală

Dacă știința și tehnica vă pun zilnic la dispoziție produse noi care vă ușurează viața, aceasta nu înseamnă că trebuie să lănceziți. Toate aceste facilități trebuie să le considerați ca pe niște posibilități create pentru a vă dedica activității spirituale. Iată adevărata semnificație a progresului tehnic: să-i ofere omului timp liber, cu scopul de a-l folosi în alte lucrări. Rămâne mai puțin să trudiți pe materia exterioară? Aceasta vă este dat ca să aveți mai mult timp, pentru ca să lucrați cu materia voastră interioară, să o stăpâniți, să o spiritualizați și să deveniți astfel o prezență benefică pentru lumea întreagă. După

fiecare efort, după fiecare exercițiu, viața capătă o altă culoare, un alt gust. Câți oameni nu sunt copleșiți de bunăstare, și totuși sunt atât de blazați încât nu mai simt nici o bucurie! Aceasta pentru că în interiorul lor nu mai există nici o activitate, nici o viață intensă. Dacă ar fi fost luminați, ar fi continuat să se bucure de tot, dar fără a se opri din eforturile interioare, căci această activitate este cea care dă gust fiecărui lucru.

11 - Aranjați-vă locuința interioară

Trebuie să vă obișnuiți să puneți accentul pe posibilitățile Lumii interioare, acolo, în interiorul vostru, unde vă aflați scufundați în permanență. Nu întotdeauna sunteți în situația de a privi, de a asculta, de a atinge, sau de a gusta ceva din exteriorul vostru, în schimb vă aflați mereu în prezența voastră, în această Lume interioară, ale cărei bogății nu știți încă să le folosiți. Această Lume vă aparține: Oriunde mergeți o luați cu voi și vă puteți baza pe ea, în timp ce lumea exterioară vă poate rezerva, în orice moment, o decepție. Poate că, pentru un moment, vă puteți închipui că dețineți ceva, dar, după un scurt timp, nu mai dețineți nimic: fie că vi s-a luat, fie că l-ați pierdut. Dacă sunteți în căutarea abundenței, a plenitudinii, aflați că numai în interiorul vostru le puteți găsi. Nu cunoașteți, nu știți tot ceea ce dețineți, cu ce cunoștințe și cu ce puteri, adevărate comori, v-a înzestrat Dumnezeu. Va trebui acum să faceți un efort pentru a simți și pentru a folosi toate aceste resurse. Vă voi da o

imagine. Unii oameni au știut să-și aranjeze atât de bine locuința încât nu ies din casă cu prea mare plăcere pentru a merge în alt loc unde întâmpină zgomote, praf, înghesuială. În timp ce alți, care trăiesc prost, într-o locuință mizeră, fără nici un confort, folosesc orice prilej pentru a pleca de acasă (ceea ce de fapt nu este adevărata soluție, dar mă rog...). Și acum, să interpretăm. Spiritualistul este cel care și-a aranjat atât de bine forul său interior, încât nimic nu-i lipsește: poezia, culorile, muzica, toate se găsesc în el și el suferă când este obligat să „iasă din casă”, să-și părăsească toată această frumusețe. În timp ce oamenii obișnuiți, care nu sau preocupat niciodată să-și creeze un interior plăcut, se gândesc mereu să plece și să se distreze în altă parte. Cum rămân singuri cu ei înșiși, se plictisesc, apare sărăcia. Deci acum stați puțin și analizați care este situația cea mai avantajoasă. Din moment ce sunteți zi și noapte cu voi înșivă, nu este mult mai indicat să vă ameliorați acel loc pe care nu-l veți părăsi niciodată? De ce să lăsați în paragină interiorul vostru ca pe o locuință cu geamurile sparte și pline de pânze de păianjen? De acum înainte, preocupați-vă mai intens să înfrumusețați, să îmbogățiți și să armonizați totul în voi; nu numai că vă veți simți foarte bine la voi acasă, dar, în această locuință minunată, veți putea primi și invitați. Da, Spiritele luminate se vor bucura să vă viziteze; poate unele se vor hotărî chiar să locuiască definitiv, iar voi veți fi cei care veți beneficia de prezența lor.

12 - Lumea exterioară este o reflectare a Lumii voastre interioare

Fiți convinși de faptul că nu veți putea găsi nimic în exteriorul vostru, dacă nu ați găsit mai întâi în voi înșivă. Căci, chiar dacă găsiți ceva în exteriorul vostru, dacă nu l-ați găsit în interiorul vostru, veți trece pe lângă el fără să-l observați. Cu cât descoperiți mai intens în voi Iubirea, Înțelepciunea, Frumusețea interioară, cu atât le veți întâlni mai des în jurul vostru. Vă închipuiți că, dacă nu vedeți anumite lucruri, ele nu există. Ba da, ele există și, dacă nu le vedeți, aceasta înseamnă că nu le-ați cultivat suficient în voi înșivă. Lumea exterioară este constituită numai din reflectarea Lumii interioare, deci nu vă mai amăgiți, căci nu veți afla niciodată bogăția, pacea, bucuria exterioară, dacă nu ați depus eforturi să le descoperiți în voi înșivă.

13 - Pregătiți-vă viitorul, trăind corect prezentul

Nu o dată, v-ați făcut griji cu privire la viitor, gândindu-vă că nu sunteți protejați împotriva accidentelor, a bolilor, a sărăciei... Dar de ce să vă otrăviți existența imaginându-vă tot felul de lucruri rele ce vi s-ar putea întâmpla?

Este adevărat că nu știm ce ne rezervă viitorul, dar, cel mai bun mijloc de a evita posibilele neazuri din viitor, este de a te strădui să trăiești chibzuit în prezent. Viitorul va fi așa cum îl construiești în prezent. Deci, fiecare clipă de „acum” este importantă. Așa cum prezentul este o

consecință a trecutului, tot așa viitorul este o prelungire a prezentului. Totul este înlănțuit; trecutul, prezentul și viitorul nu sunt rupte între ele. Viitorul se construiește pe fundația care i-o faceți acum. Dacă această fundație este proastă, este evident că nu trebuie să vă așteptați la un viitor strălucit; dar, dacă ea este bună, nu aveți nici un motiv de îngrijorare: așa cum sunt rădăcinile, tot așa vor fi și tulpina, ramurile și fructele. Trecutul este consumat; dar el a generat prezentul, care, la rândul lui, poartă în el rădăcinile viitorului. Trebuie, deci, să începeți să vă construiți de pe acum viitorul, îmbunătățindu-vă prezentul. Pentru aceasta, trebuie ca în fiecare zi să vă puneți întrebarea: „Ia să văd ce am spus astăzi? Care au fost sentimentele și gândurile mele?” Și dacă ați acționat prost, dacă ați avut sentimente negative, gânduri rele, să știți că v-ați aliniat de partea Forțelor întunecate și că ele vă vor distruge viitorul. Dacă ați trăit o zi într-un mod care să vă nemulțumească, încercați, cel puțin la culcare, să-i anihilați efectele, cu cele mai bune gânduri, luând cele mai bune decizii pentru a doua zi. Aceste gânduri, ca niște albine harnice, vor spăla și vor repara totul în timpul nopții și veți începe ziua următoare în condiții mai bune.

14 - Trăiți prezentul în plenitudine

Unii oameni trăiesc numai în trecut, în trecutul lor, parcă ar fi prizonierii unor evenimente petrecute în viața lor și nu pot merge mai departe. Alții, dimpotrivă, se aruncă în viitor, dar într-un viitor fantasmagoric, creat de

imaginația lor și care nu se va îndeplini niciodată. Este bine să privim, din când în când, în trecut, dar numai pentru a analiza când și unde am greșit, sau când și unde am acționat corect, pentru a trage învățăminte. Trecutul constituie un tezaur de experiențe pe care le putem utiliza pentru a trăi prezentul cât mai bine. Dar în același timp, analizând trecutul, este bine să ne lansăm și în viitorul îndepărtat, pentru a ne întreba cum își imaginează Dumnezeu viitorul umanității, în ce splendoare, în ce Lumină va ajunge ea să trăiască. Bineînțeles, sunt mulți cei care se gândesc la viitor, dar la ce fel de viitor? În general ei își spun: „Peste câțiva ani ne vom căsători, vom avea copii, o ogradă, o căsuță în fața căreia vom putea sta și vom putea să ne fumăm liniștiți pipa privind la vacile care trec... sau la trenuri! O să respirăm și puțin praf, apoi o să intrăm în casă, o să mâncăm, o să bem și un păhărel, apoi o să ne culcăm.” Doamne ce viitor frumos! Veți spune: „Dar nu așa, noi...” Știu, voi vă gândiți că veți câștiga bani, că veți face afaceri, că veți obține o oarecare glorie - profesor universitar, om de afaceri, ministru sau șef de stat - că veți avea alături, zi și noapte, o fată frumoasă pe care să o puteți îmbrățișa... Dar ce reprezintă toate acestea? Este de plâns! Acum trebuie să învățați să priviți mai departe, dincolo de acest viitor îndoielnic, și să căutați orizonturi noi, să deschideți ferestrele către infinit pentru a vedea care este adevăratul viitor al omenirii, cum îl imaginează Dumnezeu, și să anticipați, deja, prin modul vostru de viață, acest viitor. Să nu vă împiedicați de noțiunea de timp, să nu spuneți niciodată: „Da, dar

atunci eu nu voi mai fi în viață, nu va mai fi epoca mea”, căci, spunând acestea, vă interziceți adevărata frumusețe, vă interziceți înțelegerea adevăratului sens al vieții. Prezentul trebuie să fie timpul acțiunii conștiente, luminate, care își trage înțelepciunea din experiențele trecutului, dar care este, în același timp, stimulată de toate posibilitățile viitorului. Iată perfecțiunea: lecțiile pe care vi le-a dat trecutul (și numai Dumnezeu știe câte lecții ne-a dat trecutul umanității!) și viitorul cu promisiunile sale nelimitate. Dacă știți cum să trăiți în prezent, exprimând experiența trecutului și frumusețea viitorului, vă apropiați de Divinitate. Care sunt acele versuri pe care Serafimi le cântă în fața Tronului Domnului? „**Sfânt, Sfânt, Sfânt este Domnul Dumnezeul Cel Atotputernic, acum și pururea și în vecii vecilor.**” Iată cum conștiința voastră poate crește la dimensiunile Conștiinței divine.

15 - Importanța începutului. Fiți conștienți de Forțele pe care le declanșați

Nu trebuie să întreprindem niciodată ceva fără să cunoaștem Forțele pe care astfel le punem în acțiune. Căci începutul este esențial. Aici, la început, se declanșează Forțele, care, odată pornite, nu se mai opresc în drum, ci acționează până la capăt. Vă aflați pe un munte, aveți deasupra voastră o stâncă enormă, gata să se prăbușească la cea mai mică mișcare; depinde de voi dacă ea va rămâne la locul ei sau dacă îi veți provoca

căderea. Dacă din cauza voastră ea începe să se clatine, nu mai aveți posibilitatea de a o opri: vă va strivi, atât pe voi, cât și pe alți împreună cu voi. Iar dacă veți deschide porțile unei ecluze, va fi inutil să încercați apoi să opriți apa!...Este întotdeauna ușor să provocați forțe sau evenimente, dar este foarte greu să le dirijezi, să le orientezi, pe scurt să le domini. Expresia „ucenicul vrăjitor” desemnează tocmai pe acel nechibzuit care a dezlănțuit niște curenți, pe care apoi este incapabil să-i mai stăpânească sau să-i mai dirijeze. Când agitatorii declanșează o revoltă, nu mai există mijloace pentru a o stăpâni: ea le scapă de sub control. Înainte de a pronunța un cuvânt, de a arunca o privire, de a scrie o scrisoare, de a da curs unei acțiuni, voi dețineți toată puterea; odată declanșată acțiunea, s-a terminat, nu mai sunteți decât spectatori, dacă nu chiar victime. În plan fizic, în plan astral sau în plan mental, Legea este una și aceeași. Când simțiți furia că se naște în voi, dacă vă hotărâți să o stăpâniți pe loc, ea nu se va declanșa, dar, dacă o lăsați să izbucnească, nu-i veți mai putea opri cursul. Și același lucru este valabil și pentru idei: dacă le lăsați să-și facă cuib în voi, vor sfârși prin a se înrădăcina. Deci fiți vigilenți și nu uitați niciodată că numai la început dețineți, cu adevărat, puterea.

16 - Căutați Lumina înainte de a acționa

Înainte de a vă lansa într-o acțiune mai importantă, primul lucru de făcut este să vă reculegeți, să vă conectați

la Lumea invizibilă pentru a vă crea cele mai bune condiții pentru a acționa. În stare de agitație, de dezorientare, comitem erori, încurcăm sau distrugem lucrurile. Și aceasta se întâmplă destul de des: acționăm în grabă, orbește, iar rezultatele nu sunt grozave. Pentru a acționa corect trebuie, mai întâi, să căutați Lumina. Acest lucru îl faceți deja în planul fizic: sunteți trezit noaptea de un zgomot, ceva care s-a spart în cădere sau cineva care a intrat... Și atunci ce faceți, dați buzna, așa, în întuneric? Nu, căci este riscant. Întâi aprindeți o lumină ca să vedeți, și abia apoi acționați. Ei bine, în orice situație din viață trebuie mai întâi să aprindeți lumina, adică să vă concentrați, să vă reculegeți pentru ca să știți cum să acționați. Dacă nu aveți lumină, o veți lua la stânga, la dreapta, veți bate la mai multe porți, veți încerca tot felul de mijloace care se vor dovedi nepotrivite. Deci, înainte de a întreprinde ceva mai important, este necesar să vă concentrați câteva minute gândurile asupra Lumii inteligente, din Lumină, și să cereți să aflați cum este cel mai bine să acționați. Răspunsul va veni sub forma unei idei, a unui sentiment precis sau a unei imagini simbolice. Dacă răspunsul este foarte clar, puteți trece la acțiune. Dar dacă simțiți o nehotărâre, un resentiment, o tulburare sau o contradicție, aceasta înseamnă că obstacolele sau dușmanii vă barează calea. Atunci, amânați totul pentru a doua zi, puneți din nou întrebarea și așteptați înainte de a acționa, până când drumul va fi clar și liber.

17 - Supravegheați întotdeauna prima mișcare

Când sunteți pe punctul de a întreprinde ceva pentru prima dată, aveți grijă să fiți calmi, concentrați-vă întreaga atenție asupra primului gest, a primei mișcări și executați-o corect, fără nici o greșeală. Repetați-l puțin mai repede, și apoi din ce în ce mai mult, până când veți atinge ritmul și viteza dorite: veți observa că execuția va fi din ce în ce mai ușoară, rămânând în același timp, impecabilă. Indiferent de gestul sau de actul pe care îl aveți de executat, dacă de la început v-ați creat un tipar corect îl veți repeta întotdeauna cu corectitudine. Dacă astăzi comiteți erori într-un anumit domeniu, aceasta se datorează faptului că în trecut, fără să vă dați seama, i-ați creat un tipar defectuos. Dacă la prima mișcare, la primul gest, cu un obiect sau cu o persoană nu ați fost atenți și ați comis o eroare, acum suportați consecințele: greșelile se acumulează și se agravează cu trecerea timpului. Este foarte greu să reparăm în prezent greșelile comise în trecut și înscrise în noi, dar este ușor a învăța să creem corect tiparele noi.

18 - Conștientizați-vă obișnuințele mentale

Oamenii sunt rareori conștienți de obișnuințele lor mentale. Unul, când trebuie să întreprindă un lucru, se crispează imediat, se enervează; altul, în fața oricărei situații noi, are ca primă reacție pesimismul, devine critic sau se îngrijorează; un altul se revoltă, un altul se descurajează... Dar cum toate acestea sunt atitudini pe

care, nefiind conștienți, ei nu le pot remedia, și astfel, în orice situație, ei găsesc un pretext pentru a fi negativi. Primul lucru pe care îl aveți de făcut este să vă studiați, pentru a vă cunoaște modul în care reacționați. Din momentul în care vedeți clar în voi, dețineți deja mijloacele de a face față situației: imediat veți primi un elan pentru a mobiliza toate posibilitățile pe care Dumnezeu le-a creat în subconștientul, conștientul și supraconștientul vostru: astfel, în fiecare zi veți progresa, datorită obișnuinței pe care v-ați creat-o de a vă observa și de a fi lucid față de voi înșivă.

19 - Atenție și vigilență

Atenția îmbracă mai multe aspecte. Aspectul ei cel mai cunoscut este acea atitudine susținută, necesară, pentru a-ți îndeplini corect sarcinile, pentru a audia o conferință sau a citi o carte. Dar există și o altă atenție, care se numește observarea de sine, introspecția. Ea constă în a conștientiza, în fiecare moment al zilei, ceea ce se petrece în interiorul nostru pentru a discerne curenții, dorințele și gândurile care ne străbat. Această atenție este însă insuficient dezvoltată. De aceea, când vine momentul să rezolvăm ceva, să înțelegem o problemă importantă, creierul ne este obosit, întunecat și nu ajungem să ducem un lucru la bun sfârșit. Pentru ca creierul vostru să fie mereu disponibil, trebuie să fiți atenți, prudenți și cumpătați în toate activitățile, căci altfel, chiar dacă Adevărul în persoană ar apare în fața

voastră, voi tot nu l-ați înțelege. Pentru a fi capabili a face față în mod înțelept, inteligent, tuturor situațiilor, trebuie să vă păstrați în permanență gândirea trează și vigilentă. Cel ce nu este vigilent, cel ce nu deschide ochii, este expus tuturor pericolelor. Nu există nimic mai rău decât să trăiești cu ochii închiși. Trebuie să ținem ochii mereu deschiși pentru a aprecia în permanență stările de conștiință în care ne aflăm. Numai cel ce-și ține ochii deschiși posedă inteligența vieții interioare, el nu se mai lasă înlănțuit de orice forță, de orice entitate. În timp ce pe un om adormit... este clar că oricine îl poate surprinde! Deci, în concluzie, vegheați asupra atenției interioare, atenție de fiecare clipă, pentru ca să știți în fiecare moment ce se petrece în voi. Exersați. Nu este suficient să vă faceți numai seara un examen de conștiință, ci, în orice moment al zilei, trebuie să fiți capabili să spuneți care sunt dorințele, gândurile și sentimentele care vă străbat, să le cunoașteți originea, natura, să fiți capabili, la nevoie, să luați precauțiuni sau chiar să reparați daunele. În viața de toate zilele, de îndată ce se produce un accident, vedem pompierii sau armata ieșind imediat și intervenind pentru stingerea unui incendiu, repararea unui pod, degajarea unui drum, salvarea răniților etc. În plan fizic ni se pare normal să se repare imediat toate stricăciunile. Dar, în plan intern, nu știm cum să procedăm, lăsăm distrugerile să se producă, fără să reacționăm. Ei bine, nu: de cinci ori, de zece ori, de douăzeci de ori pe zi, trebuie să privim în noi înșine pentru a vedea ce trebuie reparat și să nu întârziem a o

face. Altfel, lăsând pentru mai târziu, devine prea târziu, suntem distruși, dizlocați.

20 - Urmați o singură direcție spirituală

Pentru a face, cu adevărat, o muncă spirituală trebuie să ne aliniem unei filosofii, unui sistem și să-l aprofundăm; altfel, ceea ce se întâmplă cu organismul psihic se întâmplă exact și cu cel fizic. Dacă absorbiți tot felul de alimente heteroclitice, vă îmbolnăviți; similar, stomacul psihic poate fi supus unei indigestii în funcție de ceea ce ați îngurgitat. Ce vreți să faceți cu un amestec de tradiții egiptene, hinduse, tibetane, africane, aztece, ebraice? Măcar de ați avea o structură mentală suficient de solidă pentru a vă descurca prin ele! Dar mulți de abia sunt capabili să-și facă o idee clară despre un sistem filosofic; și atunci, la ce le folosește să citească totul, să cunoască totul? Ca să-și piardă capul atâta tot. Și apoi, evident, urmează să acuzăm spiritualitatea că dezaxează lumea. Nu este vina spiritualității dacă lumea și-o imaginează ca pe un târg unde poți găsi toate atracțiile, chiar pe cele mai periculoase, cum ar fi drogul, magia neagră sau sexualitatea desfrânată. Este timpul să înțelegeți că adevărata spiritualitate înseamnă să ajungeți să fiți voi înșivă expresia vie a Învățăturii divine pe care o urmați.

21 - Insistați mai mult asupra practicii, decât asupra teoriei

Încercați să înțelegeți mai bine diferența între activitatea spirituală și activitatea intelectuală. De exemplu, aveți o portocală; din punct de vedere intelectual puteți afla o mulțime de lucruri despre ea: originea ei, povestea ei, greutatea ei, forma ei, proprietățile ei, elementele chimice care o compun, diferitele moduri în care poate fi folosită, poate chiar și simbolismul ei... Într-o Școală inițiativă nu veți afla poate nimic din toate acestea, dar veți învăța esențialul: să gustați portocala! Aceasta este activitatea spirituală. Nu atât să acumulați cunoștințe teoretice, cât să „mâncați” portocala, adică să aplicați, să practicați. Este mai greu, cere eforturi, dar numai astfel vă puteți transforma. Bineînțeles, nu se poate nega că este interesant și poate chiar util să cunoști tentativele pe care omenirea le-a făcut timp de milenii și secole pentru a străpunge misterele Universului și a se apropia de Divinitate, dar aceasta nu este de ajuns. Din moment ce toate aceste religii și sisteme filosofice vorbesc numai despre divinizarea noastră, despre splendoarea noastră, despre perfecțiunea noastră, trebuie să depunem eforturi pentru realizarea acestui ideal. Nu vă grăbiți să-i imitați pe aceia care se îngrămădesc să asiste la toate conferințele erudite despre Înțelepciunea și Știința Inițiaților din trecut, dar incapabili de a-și conduce viața cu Înțelepciune. Este ridicol, și nu aceasta este spiritualitatea.

22 - Puneți calitățile morale înaintea talentului

Atunci când un bărbat sau o femeie dovedesc aptitudini deosebite pentru arte, știință sau sport, toată lumea îi privește cu admirație și nimeni nu își pune întrebarea dacă respectivul este drept, bun, cinstit, generos. Nu, talentul este ceea ce toți admiră și încearcă să cultive. De aceea, Pământul este acum plin de oameni talentați, dotați, este formidabil, sunt o mulțime. Și totuși, de ce toate aceste însușiri, aceste capacități, aceste talente nu pot salva lumea? Tocmai pentru că ele nu sunt suficiente. Este minunat să primești de la Providență darul de a fi poet, muzician, fizician, economist sau înotător etc., să-l dezvolți, dar mai important este să trăiești în acord cu Legile divine, adică să lucrezi în fiecare zi pentru a deveni mai înțelept, mai cinstit, mai generos, mai stăpân pe tine. Lumea are nevoie mai mult de ființe capabile să manifeste calități morale, deci de artiști, oameni de știință, sportivi, etc. Deci, fiți atenți, nu vă lăsați și voi atât de impresionați de persoanele dotate și talentate, nu vă propuneți niciodată ca ideal să ajungeți ca ei. Idealul vostru trebuie să fie cel mai înalt ideal: de a vă apropia în fiecare zi de perfecțiune. Iar perfecțiunea înseamnă a deveni mai luminos, plin de căldură, dătător de viață, ca și Soarele, pentru a trezi, a lumina, a stimula, și a fertiliza toate făpturile.

23 - Fiți mulțumiți de soarta voastră și nemulțumiți de voi

Există mai multe feluri de a fi mulțumit. Primul este cel al animalelor: ele sunt mulțumite de soarta lor, și nu văd limitele și, deci, nu caută să le depășească, nici să progreseze. Dar această mentalitate, normală pentru animale, nu e benefică oamenilor... cu toate că sunt mulți care o adoptă. Al doilea fel, de a fi mulțumit cu propria soartă, o numim mai degrabă acceptare. Omul înțelege că încercările prin care trece sunt rezultatul greșelilor sale din trecut, și le suportă. Dar el nu se mulțumește numai cu atât: el știe că are de făcut eforturi pentru a repara aceste greșeli, pentru a umple golurile, și aceasta este înțelepciunea. Trebuie să ne acceptăm soarta ca pe o consecință a greșelilor pe care le-am comis în experiențele noastre anterioare, dar să nu ne mulțumim niciodată cu gradul de evoluție la care am ajuns și să căutăm să progresăm tot timpul. Nemulțumirea de sine este, deci, un sentiment stimulat, care poate să vă ajute ca să vă ameliorați. Dar, pentru ca ea să nu devină o obsesie distructivă, trebuie stabilit un echilibru. În ce fel? Fiind mulțumit de ceilalți. Această atitudine interioară vă va ajuta să nu cădeți într-o stare prea negativă, care să vă conducă la descurajare. Descoperiți Frumosul și Binele în ceilalți și, mai ales, în cei care, prin geniul și virtuțile lor, au contribuit la evoluția omenirii.

24 - Activitatea spirituală nu rămâne niciodată fără rezultate

Nimic nu este mai important, mai salvator, decât a prinde gustul activității spirituale, de a o îndrăgi și de a nu lăsa să treacă nici o zi fără a se lega de Cer, a medita, a se ruga... Opriți-vă, de mai multe ori pe zi, timp de câteva minute, și căutați să aflați în voi înșivă, punctul vostru de echilibru, centrul vostru divin. Treptat, veți începe să simțiți că, în toate situațiile vieții, aveți în interiorul vostru un element nemuritor, etern, indestructibil... Chiar dacă aceasta nu se observă, chiar dacă nimeni nu vă apreciază eforturile, chiar dacă pe plan material nu aveți nici un beneficiu, nu vă opriți niciodată să acumulați bogății spirituale, căci veți deveni, înăuntrul vostru, mai liberi, mai puternici și veți plana deasupra evenimentelor. Această activitate spirituală este unica bogăție, singurul bun care vă aparține cu adevărat. De tot restul puteți fi depozitat oricând; singura, activitatea voastră vă aparține pentru totdeauna.

25 - Regenerarea corpurilor noastre: fizic, astral și mental

Fiecare gând, fiecare sentiment, fiecare dorință, fiecare act are proprietatea de a atrage din spațiu elementele materiale care îi corespund. Gândurile, sentimentele, dorințele și acțiunile luminoase, dezinteresate, susținute de o voință fermă, atrag

particulele unei materii pure incoruptibile. Dacă prin calitatea vieții voastre psihice lucrați zilnic pentru a atrage această materie, ea pătrunde și se instalează în întregul vostru organism, își găsește locul și gonește toate particulele vechi, prăfuite, îmbâcsite, mucegăite. În acest fel, puțin câte puțin, veți reuși să vă reînnoiți corpul fizic, corpul astral și corpul mental. Contemplând Lumea divină sub toate formele ei de Lumină, de Frumusețe, de Muzică, de Armonie, culegeți particulele noi; și, din moment ce fiecare din ele are viață, ea nu vine singură, ci aduce cu ea forțe și spirite de aceeași natură. Sarcina voastră este, deci, de a lucra zilnic pentru a înlocui în voi particulele deja învechite cu noi particule cerești, strălucitoare. Cineva mă va întreba poate: „Dar de ce să ne străduim atât pentru niște rezultate care nu vor dura decât o singură existență? Merită oare osteneala?” Da, pentru că, în realitate, este singura activitate ale cărei rezultate sunt definitive. Când veți părăsi Pământul, singurele bogății pe care le veți lua cu voi vor fi bogățiile interioare pe care le-ați dobândit grație eforturilor pe care le-ați depus. Și când veți reveni pentru următoarea Reîncarnare, le veți readuce cu voi: din momentul concepției, din momentul gestației, materia corpurilor voastre - fizic, astral și mental - va fi modelată, formată exact conform calităților și virtuților pe care le-ați dezvoltat în această întrupare.

26 - Căutați-vă în fiecare zi Hrana spirituală

Dimineata, când priviți Soarele, gândiți-vă că razele sale care ajung până la voi sunt ființe vii, care vă pot ajuta să vă rezolvați problemele zilei; dar numai cele din ziua respectivă, nu și cele de a doua zi. A doua zi trebuie să mergeți să le consultați din nou, dar tot numai pentru ziua respectivă. Nu vor răspunde niciodată pentru două-trei zile în avans. Ele vă vor spune: „Nu-ți face griji. Vino și mâine, iar noi îți vom da răspunsul”. În fiecare zi, atunci când mâncați, nu faceți în stomacul vostru provizii pentru o săptămână, ci doar pentru o zi: mâncați pentru astăzi, iar mâine reîncepeți, din nou. Ei bine, cu lumina trebuie să procedați la fel, căci lumina este o hrană pe care trebuie să o absorbiți și să o digerați zilnic, pentru ca ea să se transforme în voi în sentimente, gânduri, inspirație...De ce să nu aplicăm, și în cazul luminii, aceeași logică precum în cazul hranei? Noi spunem: „Este adevărat că am mâncat ieri, dar asta nu mai contează, vreau să mănânc și azi”. Același lucru se întâmplă și cu lumina: aveți nevoie de ea în fiecare zi pentru a vă hrăni.

27 - Revizuiți-vă periodic viața

Este benefic pentru buna voastră dezvoltare, să vă revizuiți periodic viața. De ce? Pentru că adesea, din cauza activităților și a preocupărilor cu care sunteți confrunțați, viața voastră tinde să ia o orientare care vă îndepărtează, din ce în ce mai mult, de Idealul vostru

spiritual. Uitați că rămâneți pe pământ numai un timp scurt, că va trebui să lăsați aici toate bunurile materiale pe care le-ați achiziționat, ca și titlurile și poziția socială pentru obținerea cărora depuneți acum atâtea strădanii. Veți spune că toată lumea știe asta. Da, toată lumea o știe, dar toată lumea o și uită, chiar și voi, lăsându-vă antrenați de exemplele pe care le vedeți în jurul vostru. De aceea, este nevoie să faceți, din timp în timp, o pauză pentru a privi înapoi și a analiza direcția pe care o urmați, activitățile în care sunteți în curs de a vă angrena, pentru a face o triere în urma căreia să nu păstrați decât esențialul.

28 - Puneți în acord scopul și mijloacele

Unul din motivele pentru care nu progresați în activitatea spirituală este și acela că vă lăsați angrenați într-o multitudine de munci care nu au nici o legătură cu activitatea spirituală, amăgindu-vă cu gândul că aceste acțiuni nu vă vor îndepărta de culmile pe care doriți să le atingeți. Nu, realitatea este că dacă vă apucați să experimentați, și una și alta, să gustați și de colo și de colo, fără a vă preocupa de calitatea și de natura acestor experiențe, în momentul în care, în interior, veți vrea să vă ridicați, nu vă veți mai putea desprinde. Din moment ce aspirați la un nivel înalt de elevare spirituală, sunteți obligat, pentru a-l putea realiza, să renunțați câte puțin la unele lucruri. Când v-ați petrecut noaptea în tot felul de distracții și de agitații, credeți că dimineața veți mai fi

în stare să meditați? Dacă unele persoane nu reușesc să progreseze, în pofida explicațiilor și metodelor care le sunt permanent prezentate, aceasta se datorează faptului că ele au încă prea multe preocupări și activități străine Vieții spirituale: banii, confortul, satisfacerea plăcerilor, poziția socială... Eu nu spun că trebuie suprimate toate aceste preocupări: ele nu sunt total incompatibile cu Viața spirituală, dar este necesară mai întâi rezolvarea unei probleme; aceea de a pune în acord scopul și mijloacele. Gândiți-vă la toate însușirile pe care le posedă ființa umană și la modul în care sunt ele utilizate? În slujba cui sunt ele puse? A sexului, a burții și a pasiunilor. Ei bine, de acum înainte, trebuie să faceți tocmai contrariul: să puneți toate talentele și calitățile voastre în slujba unui Ideal înalt, în slujba Spiritului și a Luminii.

Analizați-vă, și veți vedea câte daruri divine posedați, daruri pe care le sacrificați capriciilor naturii inferioare, și apoi vă plângeți: „Nici nu mai știu ce este cu mine!” Este normal: când ți-ai dorit și ai adunat prea multe lucruri de tot felul, te trezești scufundat până în gât în contradicții. Luați exemplul diamantului: dacă diamantul este atât de pur, aceasta se datorează faptului că în el nu există și alte elemente, el este doar carbon pur. Adăugații un alt element și el nu va mai fi diamant. La fel discipolii, care vor să guste din toate, să pipăie totul, să experimenteze totul, să cunoască totul, își pierd valoarea de diamant și rămân doar niște pietre opace. Adevăratul discipol trebuie să se îndrepte către un țel unic, un unic Ideal, o singură

dorință, o singură hrană. Și, din acel moment, el va trăi cu adevărat în Lumină.

29 - Corectați-vă cât mai grabnic greșelile

Nu lăsați niciodată un rău interior să se amplifice până acolo încât să nu-l mai puteți remedia. Să presupunem că, din greșeală, v-ați băgat picioarele în ciment lichid, dar sunteți cu gândul în altă parte și neglijați să le scoateți: ce se va întâmpla atunci? Cimentul se va întări, va deveni atât de compact încât, pentru a vă elibera picioarele, va fi nevoie de unelte pentru a sparge cimentul, și se poate întâmpla chiar să vă răniți. Ei bine, tot astfel se petrec lucrurile și în Viața interioară: dacă nu ne gândim să corectăm rapid anumite greșeli, anumite deficiențe, după aceea este deja prea târziu, reparația costă prea scump și se pot produce și alte stricăciuni.

30 - Închideți ușa Entităților inferioare

Slăbiciunile voastre sunt ca niște uși prin care Entitățile care vor să ne dăuneze încearcă să se strecoare. Când cedăm anumitor slăbiciuni, le dăm dreptul de a se introduce în noi pentru a ne chinui. Dacă le rezistăm, dacă nu cedăm, ele nu au nici o putere asupra noastră. Entitățile negative nu au decât puterea pe care le-o acordăm noi. Dacă nu vreți să aveți de a face cu ele, nu le deschideți ușa. Ele nu vă forțează, ele vă fac doar sugestii, voi sunteți cei care le acceptă. Majoritatea oamenilor își

imaginează că necazurile lor vin așa, din senin, deodată. Nu, ei sunt cei care le-au pregătit, care le-au chemat, care le-au deschis ușa. Cum? Lăsându-se pradă poftelor, slăbiciunilor, încălcărilor: În chiar acele momente Diavoli găsesc ușa deschisă și intră. Deci, atenție, țineți ușa bine închisă pentru ei.

31 - Ideile determină acțiunile

Spuneți că depuneți eforturi pentru a vă transforma și că nu reușiți, că toate bunele voastre hotărâri nu servesc la nimic? Nu vă descurajați, transformările profunde nu se produc instantaneu, ele cer timp. Dacă vă mențineți permanent bunele hotărâri luate, mai devreme sau mai târziu, veți ajunge să acționați după cum doriți.

Priviți un șarpe: când vrea să se strecoare într-o gaură, el începe prin a-și introduce capul și, indiferent cât de lung îi este corpul, coada este silită să-l urmeze. Cum el înaintează printr-o mișcare ce descrie o sinusoidă, coada poate crea impresia că se deplasează în sens invers deplasării capului, dar, în realitate, ea sfârșește prin a trece tot pe acolo, pe unde a trecut și capul, căci ele nu sunt separate, iar coada urmează întotdeauna capul. În mod simbolic, capul reprezintă facultatea de a raționa, de a cântări, de a lua o orientare sau alta și, în mod obligatoriu, restul corpului, adică execuția, punerea în fapt îi urmează. Iată avantajul de a gândi mereu corect; chiar dacă, pentru moment, nu acționați conform ideilor pe care le aveți, insistând, păstrând cel puțin o atitudine

mentală corectă, veți sfârși prin a antrena toate forțele care opun rezistență în voi prin a acționa după cum dictează Spiritul. Încă nu sunteți conștienți de importanța unei filosofii corecte. Mulți își imaginează că pot lăsa să intre în mintea lor orice fel de idei, fără ca acestea să împietzeze asupra comportamentului lor. Nu, ei încă n-au înțeles că, întotdeauna, coada urmează capul. Deci, atenție, fiecare este dator să-și supravegheze zilnic gândurile pe care le lasă să-i treacă prin minte: dacă sunt anarhice, imorale, într-o bună zi, comportamentul lui va fi tot anarhic și imoral. Legea acționează atât în bine, cât și în rău.

32 - Eforturile noastre contează mai mult decât rezultatele

Ceea ce contează pentru Cer nu sunt succesele pe care le reputați, ci eforturile pe care le faceți, căci numai ele vă mențin pe drumul cel bun, în timp ce succesul vă poate tenta să renunțați la vigilență. Chiar dacă nu ați reușit, chiar dacă nu ați ajuns la un rezultat, nu face nimic: cel puțin ați lucrat. Deci nu cereți succesul, el nu depinde de voi, ci de Cer, care vi-l va da atunci când va socoti de cuviință. Ceea ce depinde de voi este efortul, căci Cerul nu-l poate face în locul vostru. Tot așa cum nimeni nu poate mânca în locul vostru, Cerul nu poate mânca în locul vostru, adică să facă eforturi pentru voi; voi sunteți cei care trebuie să le faceți. Iar succesul, Cerul este cel care îl determină, atunci când îl vrea și așa cum îl vrea,

după cum consideră el că este preferabil pentru evoluția voastră. Dealtfel, eforturile poartă în ele însele recompensa. După fiecare efort, după fiecare exercițiu, de gândire, viața ne apare în altă culoare, cu un alt gust. Deci lucrați asta este important, fără să vă fixați termene pentru realizarea aspirațiilor spirituale. Dacă vă fixați un termen pentru obținerea unui anumit rezultat interior, sau a victoriei asupra unui anumit defect, nu veți reuși decât să vă crispați, iar dezvoltarea voastră nu va mai fi la fel de armonioasă. Trebuie să lucrați să vă perfecționați fără să fixați un termen, gândindu-vă că, de fapt, aveți în față eternitatea și că, într-o zi sau alta, veți ajunge să atingeți perfecțiunea pe care o căutați. Fixați-vă doar asupra frumuseții lucrului pe care l-ați întreprins și spuneți-vă: „Din moment ce este atât de frumos, nu mă interesează câte secole sau milenii îmi vor trebui pentru a ajunge acolo!”

33 - Să acceptăm eșecurile

Cel care simte că nu reușește să manifeste calitățile asupra cărora lucrează, nu trebuie să se descurajeze sau să se revolte. În fața eșecurilor trebuie să fim umili, o altă atitudine dovedind că raționamentul nostru nu este cel corect. Cauza este întotdeauna natura inferioară, care a reușit să se strecoare într-un moment când a găsit condiții prielnice. Un eșec este ca și cum Cerul ar fi spus unor persoane sau unor circumstanțe: „Ia duceți-vă și mușcați-l puțin, spuneți-i câteva vorbe să vedem cum

reacționează”. Și, ceea ce se întâmplă, este o harababură care dovedește că nu erați încă pregătit pentru a înfrunta încercarea. Eșecurile nu trebuie nici să vă întristeze, nici să vă descurajeze, altfel înseamnă că nu sunteți decât un pretențios care dorește lucruri încă nerealizabile; dacă nu sunteți capabili să vă depășiți decepția, veți sfârși prin a vă distruge. Aveți voie să vă întristați, dar numai pentru insuccesele sau necazurile celorlalți, nu pentru propriile voastre dorințe, ambiții sau pretenții neîndeplinite. Dacă vedeți că nu reușiți încă să manifestați o calitate, să învingeți un defect, să înlăturați un obicei prost, în loc să vă revoltați sau să vă descurajați, spuneți-vă: „Asta provine din faptul că în trecut nu mi-am îndeplinit sarcinile așa cum trebuia și acum totul îmi este mai dificil”. Iată ce trebuie să vă spuneți și să vă puneți imediat din nou pe lucru. Da, și chiar dacă nu mai aveți decât un an de trăit, un singur an, trebuie să continuați, să continuați... veți remarca toate schimbările care vor urma. Căci purtăm cu noi toate achizițiile spirituale pe care le-am făcut, dacă am căutat sincer să ne perfecționăm.

34 - Imaginația, metodă de lucru asupra ta

Deseori, văzând cât este de greu să-ți corectezi defectele, te simți nefericit, descurajat. În realitate, în loc să ne împotmolim în slăbiciunile noastre, care sunt rezultatul dezordinilor în voia cărora ne-am lăsat în trecut, este de preferat să ne preocupăm de ceea ce putem

face pentru viitor și să ne spunem: „Acum, voi repara totul, voi reconstrui totul” și, în fiecare zi, cu o credință de nestrămutat, o convingere absolută, să lucrăm în acest sens, adică să folosim toate elementele pe care ni le-a dăruit Dumnezeu: Imaginația, gândirea, sentimentele și să ne recreăm, să ne remodelăm așa cum dorim să fim. Imaginați-vă înconjurați de Lumină, susținând cu iubirea și generozitatea voastră pe toți cei care au nevoie, rezistând tuturor dificultăților și tentațiilor... Puțin câte puțin, imaginile pe care le formați despre aceste calități prind viață, ele lucrează asupra voastră, vă transformă și, în același timp, atrag din Univers elemente corespunzătoare pentru a le introduce în voi. Bineînțeles, este necesar foarte mult timp și foarte multă muncă pentru a ajunge la un rezultat, dar, în ziua în care îl veți obține, nu veți mai avea nici un fel de îndoială. Veți simți deasupra voastră o Entitate care vă protejează, vă instruiește, vă purifică, vă luminează, iar în cazurile dificile va aduce sprijinul de care aveți nevoie. După ce ați format în plan mental, multă vreme, această imagine a perfecțiunii, încetul cu încetul ea va coborî în planul fizic pentru a se concretiza.

35 - Muzica, suport al activității spirituale

Învățați să utilizați muzica pentru a face o activitate spirituală: ea vă va ajuta în realizarea celor mai bune dorințe. De obicei, aveți foarte multe dorințe bune, dar nu știți ce trebuie să faceți pentru a le aduce la îndeplinire.

Ori, muzica constituie un ajutor foarte puternic pentru realizarea lor. Ascultând muzică, în loc să vă lăsați gândurile să vagabondeze, concentrați-vă asupra ceea ce vă doriți mai mult. Dacă va doriți sănătate, imaginați-vă într-o formă foarte bună: indiferent de ce faceți, vă plimbați, vorbiți sau mâncați vă imaginați într-o stare de sănătate înfloritoare, pe care o transmiteți tuturor celor din jurul vostru. Dacă ceea ce vă doriți este Lumina, Inteligența, utilizați muzica pentru a vă imagina că învățați, înțelegeți că Lumina pătrunde în voi, și chiar o propagați, o dați altora. Dacă vă doriți frumusețe, forță, voință sau stabilitate, procedați în mod similar. Lucrați astfel în toate domeniile în care simțiți că aveți lacune.

36 - Influența benefică a unei colectivități spirituale

Câți nu sunt aceia care simt că nu sunt pe drumul cel bun: sufletul lor, conștiința lor se revoltă și se hotărăsc să-și schimbe modul de a trăi. Ei reușesc câte puțin, dar apoi se rătăcesc din nou. Atunci regretă, se roagă, iau din nou decizi, dar nici de data aceasta nu durează. Bineînțeles că este deja un pas în a recunoaște că nu ești pe drumul cel bun, dar nu este suficient, trebuie să ajungi să perseverezi în deciziile bune. De aceea, o colectivitate spirituală, o Fraternitate spirituală este atât de necesară, indispensabilă, pentru binele nostru, ea creează condițiile optime pentru a ne menține pe drumul cel bun. Astfel, când se întâmplă să ne simțim obosiți și avem chef să lăsăm totul baltă, văzându-i pe ceilalți cum perseverează

suntem încurajați și antrenați. Cu excepția unor foarte rare situații, oamenii au în general nevoie să fie susținuți, stimulați, căci apare, întotdeauna, un moment în care elanul lor spiritual slăbește. Veți replica, poate, că nu doriți să fiți influențați în nici un fel, că vreți să fiți liberi să faceți ceea ce vă place și, de aceea, nu doriți să intrați într-o colectivitate în care v-ați simți limitați. Ei bine, în acest caz nu sunteți inteligenți. Cine dă dovadă de inteligență înțelege că are nevoie de protecție și se va pune în situația în care va fi împiedicat de a face nebunii, ba, din contră, unde va fi liber de a se lansa în acțiuni benefice, luminoase.

37 - Nu vă bazați decât pe activitatea voastră

Din moment ce activitatea voastră este benefică și dezinteresată, trebuie să aveți încredere în Legile divine: eforturile voastre vor fi într-o zi recompensate. Spuneți un cuvânt, faceți un gest, aveți o dorință, un gând: ele sunt imediat înregistrate și, într-o zi, ele vor da rezultate. Pe aceste Legi trebuie să vă bazați: totul în jurul vostru poate să se schimbe, mai puțin aceste Legi. Prietenii vă pot trăda, familia voastră poate fi preocupată de cu totul altceva și să uite de voi, dar aceste Legi vor fi întotdeauna prezente pentru a vă trimite exact ceea ce meritați, după modul în care ați lucrat. Deci, nu contați pe nimic altceva decât pe activitatea voastră. Veți spune: „Dar Domnul, Îngerii, Sfinții, nu putem conta pe ei?” Ba da, desigur, dar numai cu condiția să fi lucrat. Dacă nu ați plantat nici o

sămânță, chiar dacă îl chemați pe Domnul în ajutor, tot nu va crește nimic. Domnul a făcut Legi pe care oamenii trebuie să le cunoască și dacă ei le ignoră, El nu va răsturna ordinea Universului pentru a face pe placul ignoranților. Plantația sămânță, și toate Legile Naturii vor contribui pentru ca planta să crească. Aceasta însemnează că, mai întâi, trebuie să ne bazăm pe activitatea noastră proprie și apoi pe Dumnezeu, adică pe Legile pe care El le-a stabilit în Univers.

38 - Trăiți în poezie

Când mergem pe străzi sau intrăm în magazine, când călătorim cu trenul, autobuzul sau metroul, în general nu vedem decât fețe întunecate, triste, crispate, închise, revoltate. Ei bine, nu este un spectacol prea plăcut. Și, chiar dacă n-ai nici un motiv să fii trist sau să te simți nefericit, trecând prin acest mediu, ești influențat în rău: revii acasă cu o stare de nemulțumire pe care o transmiți întregii familii. Iată modul deplorabil de viață pe care oamenii și-l creează permanent unii altora. De ce nu fac un efort pentru a arăta peste tot o față deschisă, zâmbitoare, luminoasă? Ei nu știu cum să trăiască această viață poetică datorită căreia ar fi uimiți unii de ceilalți. Adevărata poezie nu rezidă în literatură, adevărata poezie este o calitate a Vieții interioare. Toată lumea iubește muzica, dansul, pictura, sculptura, artele: atunci de ce să nu punem Viața interioară în armonie cu aceste culori, ritmuri, forme, melodii? Poezia este ceea ce

iubim și căutăm la oameni: ceva ușor, luminos ceva ce avem nevoie să privim, să simțim, să respirăm, ceva ce ne liniștește, ne armonizează, ne inspiră. Dar câți sunt aceia care încă n-au înțeles aceasta și trăiesc fără să le pese de impresia neplăcută pe care o produc asupra celorlalți. Ei sunt mereu dezagreabili, bosumflați, cu buzele strânse, încruntați, privirea bănuitoare și, chiar dacă încearcă, prin diferite artificii, să-și îmbunătățească aspectul, viața lor interioară prozaică, obișnuită, sfârșește prin a transpare. Așa încât lăsați poezia poezilor care o scriu. Viața pe care o duceți trebuie să fie poetică. Da, noua artă însemnează a învăța să crezi și să răspândești poezia în jurul tău, să fii plin de căldură, expresiv, luminos, viu!

39 - Cunoașteți-vă bine pentru a acționa corect

Dacă nu vă cunoașteți foarte bine, dacă nu aveți o imagine clară asupra calităților și defectelor voastre, a capacităților și a slăbiciunilor voastre, nu puteți reuși în ceea ce întreprindeți, nici, mai ales, să trăiți în armonie cu celelalte fapte, și de aici decurg complicații, ciocniri, certuri. Se poate face chiar această constatare: că majoritatea dificultăților din viața zilnică vin din aceea că oamenii nu se cunosc pe ei înșiși. Cine suntem, ce reprezentăm, de ce anume suntem capabili; tocmai în aceste aprecieri ne înșelăm adesea, și aceasta este foarte grav, pentru că aici sunt pericolele cele mai mari. Tot ceea ce întreprindeți în viața voastră personală, ca și în viața

socială, riscă să eşueze dacă, la bază, nu aţi pus o foarte clară cunoaştere a caracterului şi a facultăţilor voastre.

40 - Porniţi cu dreptul

De felul în care faceţi primul pas într-o acţiune, de starea în care vă aflaţi, de intenţia pe care o aveţi, de toate acestea depinde calitatea muncii voastre, succesul pe care îl veţi obţine, sau, din contră, insuccesul la care veţi fi obligat să faceţi faţă. Vi se pare ciudat că de un detaliu atât de mic depinde o întreagă înlănţuire de circumstanţe; vă recomand: studiaţi-vă bine. Dacă plecaţi de acasă într-o stare de agitaţie, veţi declanşa forţe haotice, iar dacă, în această stare, veţi merge la cineva pentru rezolvarea unei afaceri delicate, ce poate să se întâmple? În tot timpul acţiunii, aceste Forţe se vor agita în voi; cu cât vă veţi apropia de ţel, cu atât veţi fi mai agitaţi şi mai prost dispuşi. Şi atunci, în ce mod veţi rezolva acea problemă? Din contră, dacă aţi depus o activitate interioară ca să fiţi calmi, senini, plini de iubire, dacă faceţi primul pas în această stare de spirit, cu cât veţi avansa, cu atât vă veţi afla într-o stare tot mai favorabilă pentru a încheia afacerea în condiţiile cele mai avantajoase cu acea persoană. Este ceea ce numim „a porni cu dreptul”.

41 - Evitaţi să vă exprimaţi nemulţumirea

Puţini sunt cei care au cumpănit nocivitatea obiceiului de a-şi manifesta nemulţumirea faţă de tot şi

de toată lumea, tulburând astfel Armonia peste tot pe unde trec. Nemulțumirea nu este de acceptat decât dacă ea se referă la propria persoană. Cel care nu conținește de a-și exprima nemulțumirea față de Dumnezeu, față de existență și față de lumea întreagă, trebuie să fie conștienți de faptul că această atitudine pernicioasă îi va da în interiorul său o mulțime de sfaturi greșite. Și cum el nu-și poate împiedica sentimentul să se reflecte în comportamentul și în fizionomia sa, puțin câte puțin, fața și privirea sa vor deveni tot mai întunecate, gesturile tot mai bruște, vocea dură, ceea ce-l va face să devină antipatic celorlalți. Căci, cu toate că, în general, se consideră că persoanele nemulțumite sunt mai inteligente, ele nu sunt considerate ca prezențe agreabile, iar lumea are tendința de a se îndepărta de ele. Cum să stai mereu în prezența acelor persoane care nu deschid gura decât pentru a critica și pentru a infesta atmosfera cu plângerile și reproșurile lor?

42 - Ieșiți „cu plin” înaintea celorlalți

Peste tot, în toate țările, există obiceiul de a duce un cadou persoanelor cărora le faceți vizite. Este o foarte veche tradiție, bazată pe legea care cere să mergi în întâmpinarea celorlalți cu dorința de a le duce ceva. Dacă întotdeauna veți merge la întâlnirile cu prieteni cu mâinile goale, vorbind concret sau simbolic, vor sfârși prin a nu vă mai iubi, și vor spune: „Dar ce se întâmplă cu tipul acesta? Când vine este gol și mă golește și pe mine”. Sau

vor deveni din ce în ce mai neîncrezători, își vor lua măsuri de prevedere până în ziua când vă vor închide definitiv ușa inimii și a sufletului lor. Dacă nu aveți ce să le duceți prietenilor, cel puțin o privire caldă, un zâmbet, câteva cuvinte însuflețite, care sunt adevărate cadouri vii, mai bine să nu vă duceți la ei. Trebuie să vă obișnuiți să dați permanent, și să dați oamenilor ceea ce le este cel mai binefăcător. Dacă știți să lucrați cu Forțele pozitive ale Naturii, veți fi stimați și iubiți. Și, întrucât fiecare gest este magic, încercați să nu salutați niciodată pe cineva având un recipient gol, mai ales dimineața, altfel să știți că, fără să vreți, îi urâți golul, lipsa, sărăcia, nereușita pentru întreaga zi. Dacă trebuie să transportați un recipient gol, puneți totuși ceva în el; nu trebuie neapărat să fie un conținut prețios, poate fi doar apă, care este lucrul cel mai prețios în ochii Creatorului, sau orice altceva, și salutați oamenii pe care îi întâlniți cu gândul că le aduceți sănătate, abundență, fericire. Nu uitați niciodată că există în voi un pământ minunat de cultivat, ale cărui recolte, flori și fructe, le puteți distribui tuturor celor pe care îi întâlniți. Și tocmai datorită acestei dorințe permanente de a dăruia ceva din sufletul, din Spiritul vostru, Viața nu va înceta să țâșnească în voi.

43 - Mâna, instrument de comunicare și de schimburi

Importanța mâinii apare în mod deosebit în viața zilnică, căci ea este mijlocul de comunicare între ființe. Ce

fac oamenii când se întâlnesc sau se despart? Ridică un braț, pentru a se saluta, sau își strâng mâinile. De aceea, trebuie să fiți deosebit de atenți la ceea ce dați cu mâinile voastre. Dacă salutați pe cineva, faceți aceasta tocmai pentru a-i da ceva bun. Cine nu știe să dea nimic, dovedește cât este de sărac și de nenorocit. Bineînțeles că, pentru mulți, a da mâna nu este decât un gest convențional și ei fac acest gest în mod mecanic. În acest caz este mai bine să se abțină. Dar, pentru cei care au conștiința trează, a da mâna este un gest plin de semnificație și foarte eficient prin care se poate încuraja, consola, da viață și multă iubire celor din jur. Salutul trebuie să fie o adevărată comuniune, călduros și armonios. Când dați mâna cuiva, trebuie să simțiți un curent care trece. Pentru aceasta, înainte de a-i întinde mâna, respirați profund (Bineînțeles cu discreție), căci o respirație profundă armonizează schimburile, și doriți-i sănătate, pace, Lumină.

44 - Din privirea voastră să radieze viața divină

Dacă majoritatea oamenilor au învățat să-și stăpânească gesturile și vorbele (nu se aruncă asupra primului venit care îi irită, sau care îi atrag, pentru a-l lovi, sau a-l îmbrățișa, nici nu spun oricui, în mod brutal, ceea ce gândesc despre el), ei nu au învățat încă să-și controleze privirea când exprimă invidie, senzualitate, dispreț, ostilitate... Cum privirea nu produce, însă, în plan fizic efecte tot atât de vizibile ca un gest sau ca un cuvânt,

nimeni nu a fost încă pedepsit pentru o privire; și, totuși, cât sunt de mari perturbările și pagubele pe care anumite priviri le pot produce în plan subtil! Privirea este o proiectare de Forțe, de Energii benefice sau malefice, întunecate sau luminoase: de aceea, trebuie să învățăm să o stăpânim, să o educăm, pentru ca ea să producă numai efecte benefice. Viața spirituală începe și prin educarea privirii. Încercați să vă apropiați de oameni privindu-i doar cu o iubire dezinteresată și cu Lumină, la fel ca și Soarele care, privindu-ne în fiecare zi, ne trimite raze dătătoare de viață. Oriunde veți merge, băgați de seamă ca privirea voastră să fie sinceră, limpede, călduroasă, pentru ca ființele pe care le întâlniți să primească prin voi câteva raze de Viață divină.

45 - Nu povestiți grijile și necazurile voastre

Vă închipuiți că grijile și necazurile voastre îi emoționează pe ceilalți, și atunci le povestiți în speranța că se vor interesa de soarta voastră. Dar ei nu vor dori atunci decât să scape de voi cât mai repede! Ei da, din nenorocire, sau din fericire, așa este construit omul: dacă vreți ca toată lumea să vă ocolească, vorbiți zilnic despre necazurile voastre, bolile voastre, grijile voastre și veți vedea dacă, în scurt timp veți mai avea auditoriu! Deci, este o atitudine stupidă! Mai bine țineți ascunse aceste detalii. În general, ceilalți nu au capacitatea de a găsi soluții la problemele voastre, și atunci la ce bun să le mai expuneți? Ei tot nu pot nimic. Deci, nu numai că vă

pierdeți timpul povestindu-vă în zadar toate problemele, dar, în același timp, scădeți în ochii celorlalți care nu vă vor mai aprecia. Își vor da seama că nu sunteți nici inteligenți, nici puternici și se vor îndepărta de voi. Dacă vreți să nu vă pierdeți prietenii, ascundeți necazurile voastre nu le spuneți nimic, nu vă plângeți lor, dar, în schimb, legați-vă de toate Puterile cerești, de toate Entitățile luminoase, care sunt peste tot, în jurul vostru, gata să vă ofere ajutorul lor. Din acel moment, veți deveni mai puternici, mai tari, mai luminoși, iar acea forță și putere care va emana din voi va atrage oamenii, ce vor simți că sunteți diferiți de ceilalți pentru că suportați dificultățile și rezistați încercărilor fără a vă plânge. Atunci, cu admirație vor veni în jurul vostru pentru a lua exemplu, pentru a lua forță, iar aceștia vor fi prieteni câștigați pentru totdeauna. Deci, oricare ar fi dificultățile voastre, nu îi copleșiți pe ceilalți cu ele. Datorită acestui efort pentru a fi dezinteresați, generoși și curajoși, nu numai că veți reuși să vă rezolvați mai bine problemele, dar Entitățile cerești, văzând activitatea gigantică pe care o duceți cu voi înșivă vă vor da ajutorul lor.

46 - Evitați critica; folosiți doar cuvinte pozitive

Mulți n-au învățat încă să-și stăpânească gândurile și sentimentele; în timpul conversațiilor își dau frâu liber și povestesc te miri ce despre unii , despre alții. Ei bine, să știți că acesta este un lucru foarte grav, căci dacă ați calomniat pe cineva, dacă i-ați știrbit prestigiul sau

onoarea, pot apărea evenimente supărătoare pentru el, pentru evoluția lui și Cerul vă va condamna. Bineînțeles, cineva ar putea spune: „Dar eu n-am crezut, cu adevărat, în cuvintele rele pe care le-am spus despre el”. Da, este posibil, dar trebuie să știți că Spiritele răuvoitoare preiau aceste cuvinte negative pe care, mai devreme sau mai târziu, le aduc la îndeplinire. Cuvintele noastre sunt suporturi materiale pe care noi le furnizăm lor și de care ele se servesc pentru a-și aduce la îndeplinire scopurile negative. Nu avem ce să le reproșăm; noi suntem aceia care nu avem voie să le creem condiții pentru a putea face rău.

Deci, fiți vigilenți: în clipa în care vă dați seama că ați mers prea departe cu critica sau cu acuzațiile aduse cuiva, căutați imediat alte cuvinte, alte gânduri, alte forțe care să repare stricăciunile. Doar cu această condiție Legea vă va găsi corect. În general, este mult mai bine să nu încheiați niciodată o conversație cu cuvinte negative. Chiar atunci când sunteți obligat să faceți o critică corectă cuiva, trebuie să vă străduiți să o încheiați cu aprecieri pozitive. Există întotdeauna și ceva pozitiv în orice ființă, așa că găsiți-i măcar o singură calitate, menționați-o și opriți-vă aici. Un criteriu foarte bun pentru a te cunoaște și pentru a ști unde te afli, este acela de a-ți analiza propriile cuvinte. Vorbiți fără rost? Ceea ce povestiți este dezlânat, excesiv, interesant? Obișnuiți să-i bârfiți pe ceilalți?... După ce v-ați analizat, urmăriți-vă. Înainte de a vorbi, întrebați-vă de ce vreți de fapt să deschideți gura: pentru a face un bine, pentru a lumina pe cineva, a-l

elibera, a-l vindeca, sau pentru a-l sărăci, a va socoti cu el, a-l umili, pentru a vă satisface astfel tendințele naturii voastre inferioare? În acest caz este mai bine să tăceți. Și, în general, cu cât vorbiți mai puțin, cu atât este mai bine. Cuvintele sunt acelea care, de cele mai multe ori, mențin ființa în sferele inferioare ale evoluției. Deci, în viitor fiți mai atenți. Indiferent pe cine întâlniți, încercați să vorbiți numai despre lucruri utile, constructive, astfel încât plecând acasă, fiecare să gândească despre celălalt: "Ah! Fie binecuvântați acești oameni pentru toate vorbele lor pline de încurajare, care m-au făcut să văd mai clar lucrurile și să doresc să rămân întotdeauna pe drumul Luminii!" Limba nu le-a fost dată oamenilor pentru a-i slăbi sau a-i anihila pe ceilalți. Rolul ei este de a-l ridica pe cel căzut, de a-l lumina pe cel aflat în întuneric. De a le arăta drumul celor răătăciți. Limba le-a fost dată oamenilor numai pentru a binecuvânta, a mulțumi, a se uni în înțelepciune, dreptate și iubire. Cei care neglijează valoarea acestei bogății pe care o au, o vor pierde într-o zi, în această viață, sau în alta.

47 - Fiți prudenți cu cuvintele pe care le roștiți

Trebuie să fiți prudenți când vorbiți, să nu spuneți vorbe mari, să nu vă angajați cu ușurință, căci puteți întâmpina cele mai mari dificultăți în a vă ține angajamentele. Cineva jură că nu va avea niciodată legături cu o anumită persoană, că nu va proceda niciodată ca o altă persoană ale cărei acte le condamnă...

și, iată, că puțin timp după aceea, face tocmai contrariul celor afirmate. De ce? Pentru că există Entități în lumea invizibilă care, văzând că acel om este atât de sigur pe el, au chef să-l pună la încercare: ele îl tentează pentru a vedea cât rezistă, iar el, foarte repede, cedează. Și astfel, mulți oameni fac tocmai pe dos ceea ce au promis solemn că vor face. În unele țări există obiceiul ca, după ce au făcut anumite afirmații, oamenii să bată în lemn, pentru a îndepărta o posibilitate de desfășurare neprielnică a evenimentelor. Acest obicei poate părea o superstiție, dar este semnificativ: el demonstrează că anumite ființe simt, în mod subconștient, că există un risc în a face afirmații cu prea mare siguranță.

48 - Orice promisiune devine o legătură

Dacă faceți cuiva o promisiune, trebuie să vă străduiți să o respectați. Mulți țin discursuri frumoase: promit una și alta, promisiunile nu-i costă nimic. Bineînțeles, este mult mai ușor să spui ceva, decât să faci acel lucru. Unii, după ce fac o promisiune, sunt liniștiți: de ce să-și țină promisiunea? Ei bine, aflați că pentru Știința inițiatică, o promisiune este ca și o semnătură, un angajament, un contract. În plan eteric, cuvintele se înregistrează și este exact ca și cum ați fi făcut acea promisiune în scris: nimeni și nimic în lume nu vă poate elibera, cu excepția persoanei căreia i-ați făcut promisiunea. Dacă este o persoană nobilă, înțelegătoare, vă poate dezlega de ea; dacă nu, trebuie să o îndepliniți. veți replica: „Dacă mă

voi adresa Cerului, voi cere Domnului să mă dezlege de această promisiune”. Dar nici chiar Domnul nu o va face, căci El nu va încălca Legile pe care El Însuși le-a stabilit. Voi sunteți cei care, înainte de a promite, trebuie să cântăriți bine dacă veți putea ține acea promisiune. Să nu spuneți niciodată: „Eh, pot să promit, asta nu mă angajează la nimic”. Ba da, tocmai! În plan fizic, poate că nu ați făcut această promisiune în scris, nu vor exista probe pentru a vă condamna, dar în Lumea subtilă, cuvintele voastre există. Nu pe hârtie, ci într-un adevărat film vorbitor! Da, căci atât voi, cât și vorbele voastre, au fost înregistrate.

49 - Cuvântul magic

Învățați și obișnuiți-vă să vorbiți cu iubire și cu blândețe, nu numai oamenilor, ci și animalelor, plantelor, florilor, păsărilor, copacilor, întregii Naturi, căci acesta este un obicei divin. Cel ce știe să pronunțe cuvinte care inspiră, care dau viață, posedă, prin gura lui, o baghetă magică; el nu rostește niciodată degeaba acele cuvinte. Căci, întotdeauna în Natură, unul dintre cele patru elemente, pământ, apă, aer și foc este prezent, atent, așteptând să îmbrace tot ceea ce omul a exprimat. Se poate ca realizarea să se producă foarte departe de cel care a dat germenii, dar fiți convinși că ea se produce întotdeauna. La fel cum vântul poartă semințele și le seamănă în depărtare, tot așa cuvintele voastre frumoase își vor lua zborul și vor produce, departe de ochii voștri,

rezultate frumoase. Dacă ați învățat să vă stăpâniți gândurile și sentimentele, să vă puneți într-o stare de Armonie, de Puritate, de Lumină, vorbele voastre vor produce vibrații care vor acționa benefic asupra întregii Naturi.

50 - Legătura vie cu Natura

Dacă mâna este un mijloc de a intra în relație cu oamenii, ea este și un mijloc de a intra în relație cu Natura. De aceea, de cum deschideți dimineața fereastra sau ușa, salutați întreaga Natură, Cerul, Soarele, copacii, lacul, stelele... Mă veți întreba „La ce bun”? Pentru ca să vă conectați imediat la Izvorul Vieții. Da, căci Natura ne răspunde. Când treceți pe lângă un lac, un munte, o pădure, vorbiți cu ele... Când ieșiți din casă dimineața, salutați toată Natura, Îngerii celor patru elemente, al pământului, al apei, al aerului și al focului, iar apoi chiar Gnomii, Ondinele, Silfele și Salamandrele. Și copacilor, pietrelor, vântului, spuneți-le, de asemenea: „Te salut, te salut!” Încercați, faceți așa, și veți simți în voi ceva ce se echilibrează, ce se armonizează: multe nelămuriri și incertitudini vă vor părăsi, numai pentru că ați salutat Natura vie și creaturile care o locuiesc. În ziua în care veți ști să întrețineți legături vii cu toată Natura, veți simți cum Viața adevărată va pătrunde în voi.

51 - Să nu alegem calea cea ușoară, ci ceea ce este în folosul evoluției noastre

În mod conștient sau inconștient, fapăturile au tendința de a scurta unele stări și de a prelungi altele. Dacă suferim, dacă avem un necaz, dorim ca acesta să treacă mai repede, în timp ce, dacă suntem fericiți, am dori ca aceasta să dureze pe veci. Din păcate, această tendință nu se manifestă întotdeauna când trebuie și nici în bunul sens al lucrurilor. Când este vorba să lucrăm, să facem eforturi, să reflectăm, să intrăm în comuniune cu Cerul, simțim dorința ca totul să se termine cât mai repede, în timp ce atunci când este vorba să stăm la masă, să bem, să ne distrăm, să petrecem, ni se pare întotdeauna că se termină prea repede. Ei bine, nu acesta este comportamentul unui adevărat spiritualist. Când se simte bine, când se află într-o situație agreabilă, dar care nu îi aduce nici o îmbogățire spirituală, un spiritualist îi va reduce timpul sau chiar o va întrerupe. Dar când va avea de făcut un lucru sau un efort, el va căuta, din contră, să-l prelungească. Căci el a înțeles ce bogăție și ce profunzime există în fiecare efort, în timp ce bucuriile și plăcerile, deseori, servesc doar ca un cloroform, pentru a-l menține în slăbiciune și a-l îndepărta de adevăr. Deci, în fața fiecărei posibilități care vi se oferă obișnuiți-vă să vă puneți întrebarea: „Ce aport poate avea aceasta pentru evoluția mea?” Dacă nu vedeți un aport substanțial, ci, mai mult, timp și energii pierdute, renunțați la ea. Viața ne oferă o sumedenie de tentații și, dacă n-am învățat

încă suficient să ne controlăm, pentru a le rezista, vom ceda și apoi vom regreta, pentru că ne vom simți slăbiți și apoi înrăutățiți. Am putea evita unele greșeli dacă, înainte de a ne lansa într-o aventură ne-am spune: „Făcând aceasta îmi satisfac o dorință; bine! dar care vor fi repercusiunile acțiunii mele asupra mea și asupra celor din jurul meu?” Cel ce nu-și pune asemenea întrebări va fi surprins, pe urmă, de ceea ce i se întâmplă. Și n-ar trebui să fie, căci ceea ce se întâmplă era de prevăzut, consecințele fiind întotdeauna previzibile.

52 - Progresăm prin rezistențele ce ni se opun

Nu vă mai plângeți de dificultățile și obstacolele pe care le întâmpinați, căci tocmai ele vă ajută să progresați. Datorită cărui fapt pot înainta vapoarele în apă și avioanele în aer? Pentru că atât apa, cât și aerul opun rezistență. Avansarea nu este posibilă decât în condițiile în care mediul opune o anumită rezistență. Piedicile, dificultățile, joacă același rol ca și apa sau aerul, ele fac parte din ordinea firească a lucrurilor, iar noi trebuie să știm cum să le folosim, pentru a avansa. Când urcați pe munte, n-ați remarcat că asperitățile sunt cele care vă permit să vă agățați și astfel să urcați? Atunci, de ce doriți ca viața voastră să fie netedă, fără asperități! În aceste condiții, niciodată nu veți reuși să ajungeți în vârf, și, mai ales, la coborâre ce ușor veți putea cădea! Din fericire pentru voi, viața este plină de asperități, și, datorită lor, sunteți încă în viață. Da, de aceea nu trebuie să cerem o

viață netedă, fără suferințe, fără inconveniente, fără supărări, fără dușmani, căci nu vom avea nimic de care să ne agățăm și vom putea cădea. Toți cei care cer să trăiască o viață ușoară și îmbelșugată nu-și dau seama că, de fapt, își doresc propria lor nenorocire.

53 - Să nu fugim de eforturi și de responsabilități

Cei care cred că pot scăpa de responsabilitățile și obligațiile pe care le au, pentru a gusta dintr-o viață mai ușoară, nu cunosc, de fapt, legile severe după care se desfășoară destinul. Unul găsește că familia lui este dezagreabilă, că munca lui este o corvoadă, anturajul lui plictisitor și de aceea vrea să le părăsească. Un altul fuge de toate responsabilitățile din societate. O femeie s-a plictisit de soțul ei și caută un altul, mai amuzant, mai seducător. Ei bine, acestea nu sunt atitudini recomandabile. Evident că nu vă este interzis cu strictețe să vă părăsiți serviciul, anturajul sau chiar familia, dar nu înainte de a vă fi îndeplinit toate datoriile față de ei, căci, altfel, veți fi constrânși de Lege să-i regăsiți pe toți aceia pe care nu ați fost în stare să-i suportați. Dacă doriți să nu mai revedeți pe cineva niciodată, plătiți-i toate datoriile și nu-l veți mai revedea niciodată. Iată una dintre legile pe care oamenii nu le cunosc. Fac totul pentru a părăsi pe cineva care îi incomodează, pentru a tăia legătura cu el, dar de câte ori karma a obligat, deja, pe câte cineva să-și regăsească părinții, soția, copiii sau șeful într-o altă întrupare! Dacă destinul ne-a plasat în

anumite condiții, există o motivație serioasă. În fața dificultăților externe trebuie să devenim rezistenți. Cum anume? Tot așa cum procedează sportivii care se antrenează zilnic, sau ca exploratorii, alpiniștii, navigatorii care se antrenează pentru a rezista căldurii, frigului, oboselii, privațiunilor de hrană sau de somn și care sunt capabili să înfrunte intemperiiile și cele mai mari pericole. Antrenați-vă și voi asemenea lor pentru ca să rezistați, să fiți tari, nu atât fizic, cât psihic și moral. Bineînțeles că, dacă apare un moment în care simțiți că nu mai rezistați situației, vă puteți retrage pentru puțin timp, dar numai pentru a reveni și a-i face față din nou, până când veți deveni din nou rezistenți. Dacă știți să alegeți calea dificultăților, Domnul vă va trimite Îngeri pentru a vă ajuta, dar dacă veți alege calea cea ușoară, veți fi obligați să vă reîntoarceți pentru a vă asuma toate responsabilitățile de care ați fugit.

54 - Scuzele nu sunt suficiente, greșelile trebuie reparate

Dacă ați greșit față de cineva, scuzele nu sunt suficiente: trebuie să reparați stricăciunile. Numai cu această condiție sunteți achitat. Nu este suficient să-i spuneți celui pe care l-ați supărat: „Îmi pare rău, iartă-mă...”, căci Legea divină vă va urmări până când veți repara răul pe care i l-ați făcut. Veți spune: „Dar dacă persoana m-a iertat?” Nu, lucrurile nu se rezolvă atât de ușor, căci Legea și persoanele nu sunt unul și același

lucru. Persoana vă poate ierta, dar Legea nu vă iartă; ea vă urmărește până când veți fi reparat tot ceea ce ați stricat. Evident că cel ce iartă dă dovadă de noblete, de generozitate, el se dezleagă, se eliberează de chinurile care îl mențin în regiunile inferioare ale planului astral. Iisus a spus că trebuie să iertăm greșităților noștri, pentru ca să ne eliberăm de gândurile negative și de răzbunarea care ne macină. Dar iertarea nu rezolvă problema: iertarea îl eliberează pe cel care a suferit, păgubit, dar nu și pe cel care a făcut greșeala. Pentru a vă elibera trebuie să reparați.

55 - Inteligența se dezvoltă în confruntarea cu dificultățile

Pentru cel ce știe să le folosească, dificultățile constituie cele mai bune condiții pentru dezvoltare. Dar, în loc să studiem aceste dificultăți pentru a le înțelege și a le putea învinge, în general, ne lamentăm, ne plângem... Asta dovedește că n-am înțeles încă de ce este plasat creierul în partea superioară a corpului! Dacă am fi înțeles, în loc să rămânem mereu în partea de jos, în inima, în emoții, în suferințe și văicăreli, am face eforturi de a ne ridica până la Rațiune, la Inteligență, la Lumină. Când vă vine să plângeți, spuneți-vă: „Bine, uite, îți dau satisfacție: uite chiar pregătesc o batistă; dar mai așteaptă puțin și lasă-mă să reflectez”. Și atunci reflectați, căutați și ve-ți găsi cu mult mai repede o soluție decât dacă v-ați fi lăsat în voia supărării. Altfel, plângeți timp de

trei sau patru ore, iar când veți fi epuizat, evident, vă veți calma, dar nu veți fi mai avansat, din contră: v-ați cheltuit energiile, dar dificultățile au rămas. Și, a doua zi, povestea se repetă... Atunci, în loc să vă lăsați mereu stăpânit de sentimente, lăsați-le de o parte și încercați să atingeți un alt nivel din voi, un nivel spiritual, cel care este pură Rațiune, pură Înțelepciune, pură Lumină. De douăzeci, de treizeci de ori pe zi se ivesc ocazii pentru a ne exersa, ocazii foarte benefice. Și, astfel, situații aparent neplăcute, în realitate vor contribui la binele nostru. Viața are din plin tot ceea ce este necesar pentru a instrui oamenii. Înțelepții reflectează la toate; se instruiesc despre tot și utilizează cu folos totul. În timp ce ceilalți, care nu posedă Lumina, nu știu să tragă folos din nimic, și, chiar dacă li se întâmplă lucruri bune, nu numai că nu sunt capabili să le înțeleagă sau să le utilizeze, dar, mai mult decât atât, fac în așa fel încât ele se întorc împotriva lor. Deci, dacă sunteți conștienți, vigilenți, toate încercările vor contribui la evoluția voastră, căci veți ști să le folosiți. Veți spune: „Oh, la, la, iată o ocazie grozavă!” și, cu cât mai dese vor fi ocaziile, cu atât vă veți dezvolta luciditatea, perspicacitatea și inteligența.

56 - Fiecare problemă are o cheie potrivită

Ieri ați reușit să rezolvați o problemă, dar iată că astăzi s-a ivit alta: Bineînțeles că nu puteți utiliza aceeași soluție ca cea de ieri, căci fiecare problemă necesită o soluție proprie. Acasă aveți la fiecare ușa câte o broască

cu cheie proprie; deci, nu puteți deschide toate ușile cu aceeași cheie: trebuie să găsiți cheia corespunzătoare. Și în viața psihică există diferite chei pentru diferite uși. Dacă vrem să folosim mereu aceeași cheie, vom rămâne în fața unor uși închise. Există trei chei principale: Iubirea, Înțelepciunea și Adevărul, Iubirea deschide inimile, Înțelepciunea deschide intelectul, iar Adevărul deschide voința. Când aveți o problemă de rezolvat, încercați diferite chei. Dacă cu prima cheie nu se deschide, încercați-o pe a doua, și, dacă nici a doua nu o va deschide, încercați-o pe a treia. În fiecare zi avem nevoie de hrană, de băutură, de somn, de adăpost, de îmbrăcăminte, de a lucra, de a ne plimba, de a citi, de a asculta muzică, de a întâlni oameni, de a gândi, de a iubi, de a admira... Inteligența cosmică este cea care provoacă aceste nevoi, punându-ne în față toate aceste probleme de rezolvat pentru a ne învăța să ne dezvoltăm în toate domeniile și în toate planurile. De îndată ce apare o nouă nevoie, se naște o nouă problemă, apoi alta și încă alta... iar noi trebuie să ne exersăm pentru ca să găsim de fiecare dată o soluție potrivită. În lume nu conținem să apară nevoi noi, creând noi probleme, deci noi activități. Cauza este viața însăși care curge, circulă, deplasează obiecte, iar omul este obligat să-i urmeze cursul. Trebuie să trecem printr-un loc anume, apoi prin altul, sau trebuie să corectăm traseul energiei așa cum o facem cu unele cursuri de apă. Viața nu ne lasă să stăm pe loc, ea ne obligă să trecem prin locuri diferite pentru a ne învăța să vedem, să înțelegem, să simțim, să acționăm în toate

felurile posibile. Deci, trebuie să căutăm permanent soluții pentru noile probleme pe care ni le pune viața, dar, vă repet, aceste probleme sunt, în general, de trei feluri: de voință, de inimă și de intelect, sau altfel spus, privind corpul, sufletul și Spiritul.

57 - Nu insistați pe laturile dezagreabile ale vieții

Să vă înfuriați pentru că cineva a spus niște cuvinte care vă displac, pentru că ați plătit un obiect mai scump decât v-ați așteptat, pentru că mâncarea este prea sărată, pentru că cineva v-a rătăcit un obiect și să reacționați în fața unor astfel de nimicuri ca și cum ar fi niște catastrofe: aceasta este cu adevărat o atitudine prostească. Trebuie să învățăm să punem în balanță micile contrarietăți ale existenței și toate bunurile pe care Providența ni le-a dăruit din plin. Dar, în loc de aceasta, noi facem contrariul: comparăm mereu puținul pe care îl avem cu posesiunile vecinilor: „A, ăsta are deja o mașină și eu n-am decât o bicicletă!... A, ăsta are un diamant și eu n-am decât niște perle false!” Dacă ținem neapărat să facem niște comparații, de ce nu relevăm toate avantajele pe care le avem în comparație cu atâția alții care nu le au, care sunt nefericiți sau bolnavi? Îmi veți spune că aveți motive serioase de nemulțumire, întrucât întâmpinați numai nereușite, nu aveți nici un viitor în față etc. În realitate, zilele nu seamănă între ele și dacă astăzi Soarele a fost acoperit de nori, mâine îl veți vedea răsărind și totul vă va surâde. „Da, spun unii, dar eu sunt deja bătrân, ce

mai pot spera?” Nu știți că într-o zi veți reveni din nou pe Pământ, ca un copil căruia toate speranțele îi sunt permise, și că veți începe o nouă viață, îmbogățită de experiențele trecutului? Există răspunsuri pentru tot ceea ce tristețea și descurajarea pot obiecta. Dar trebuie să acceptăm, cel puțin, să privim lucrurile sub un alt unghi, și aceasta este posibil printr-un raționament corect; în fața oricărui eveniment, a oricărei situații, opriți-vă o clipă pentru a cântări cele două aspecte: cel negativ (pentru că vreți asta!), dar și cel pozitiv. Nu trebuie, Bineînțeles, să ne amăgim că totul este bun, dar trebuie, în același timp, să ne refuzăm de a ne opri întotdeauna numai asupra aspectelor negative ale vieții. Vă gândiți: „O, noi știm deja toate astea”. Da? Atunci procedați așa dacă vi se pare așa de simplu! Observați-vă și veți descoperi că uitați cam prea des să utilizați un raționament corect.

58 - Suferința este un avertisment

Natura a instalat în noi Entități care veghează asupra noastră, iar când începem să demolăm ceva în corpul nostru fizic, inima și intelectul încep să ne înțepe, să ne muște, pentru a ne spune: „Haide, ia-o înapoi pe drumul cel drept!” Da, acesta este suferința. Suferința ne este dată ca să ni se arate că ne-am abătut de la condițiile bune, unde totul este clar și ușor. Suferința este, deci, o Ființă trimisă din Lumea invizibilă pentru a ne salva și nu trebuie să luptăm contra unui salvator. Cu cât luptăm

împotriva suferinței, cu atât ea devine mai teribilă. Ea spune: „A, nu vrei să înțelegi? Ei bine, ai să vezi tu ce ai să vezi”, și ea se întetește. Dar, în clipa în care am înțeles și am decis să ne reparăm greșelile, suferința primește ordinul de a ne părăsi, căci ea și-a făcut treaba, și-a îndeplinit misiunea. Deci, în loc să ne revoltăm și să luptăm împotriva ei, trebuie să punem puțină ordine în mintea noastră și să ne adresăm Domnului: **„Iată, Doamne, unde am ajuns din cauza modului meu prostesc de viață. Acum am înțeles și vreau să mă îndrept; Te rog, ai încredere în mine, dă-mi condiții bune pentru a avea posibilitatea de a repara totul și a mă consacra slujirii Tale”**. Iată unicul lucru bun de făcut. Dar să te revolți este stupid. Suferința nu vine din întâmplare, nici pentru a se răzbuna, nici pentru a ne pedepsi: ea este o simplă servitoare trimisă de Domnul pentru a ne preveni. Din moment ce nu putem evita suferința, este preferabil să o suportăm și să progresăm, decât să suferim și să rămânem aceeași! Câți nu sunt aceia care suferă și nici măcar nu știu de ce! Și asta este îngrozitor: să treci prin încercări, prin nenorociri fără să înțelegi niciodată de ce, căci aceasta poate continua la nesfârșit. Deci, de acum înainte, încercați să înțelegeți care este motivul pentru care suferiți, aceasta fiind singura modalitate de a vă elibera și de a progresa.

59 - Să mulțumim pentru fiecare încercare

Câți nu sunt aceia care, în fața unei încercări, încep prin a se revolta împotriva Cerului: „Cum, tocmai mie să mi se facă una ca asta?” Ei bine, da, tocmai dumitale și dumneata trebuie să o accepți, încercând să tragi învățămintele cele mai utile pentru propriul progres spiritual. Aflați că în stadiul actual de dezvoltare a Pământului și al punctului în care a ajuns umanitatea, omul nu poate să nu sufere. Pământul este ca o școală de corecție și, în același timp, un centru de ucenicie. Suferința este deci inevitabilă și, dacă o acceptați, puneți în mișcare Forțe ascunse care produc în voi o imensă muncă. Când sunteți într-un moment dificil, spuneți-vă că, din moment ce sunteți un fiu al lui Dumnezeu, posedați în voi mijloacele pentru a trece această probă. Trebuie să iubiți probele. Dar „a le iubi” nu înseamnă a le căuta prostește (ele vin oricum, fără să le căutați), ci înseamnă, pur și simplu, să le treceți cu bine, să fiți recunoscători, pentru că toate au un sens. Dacă ne revoltăm împotriva Justiției divine, ne îngreunăm povara; pentru a ne-o ușura trebuie să mulțumim Cerului. Veți spune: „Cum! Să mulțumim Cerului dacă suntem bolnavi, nenorociți sau în mizerie?” Da, aceasta este un mare secret. Chiar nefericiți fiind, trebuie să găsiți un motiv pentru care să mulțumiți Cerului. Sunteți sărac, sunteți nenorocit? Mulțumiți, mulțumiți, bucurați-vă că-i vedeți pe ceilalți bogați, în abundență, și veți vedea... După puțin timp, anumite uși se vor deschide și

binecuvântările vor începe să plouă peste voi. Învățați să mulțumiți și pentru încercări, căci acesta este modul cel mai bun de a le transforma. Dacă vă revoltați, nu dovediți decât că sunteți orgolioși și că nu sunteți în stare să transformați aceste încercări în aur și în pietre prețioase. Dar dacă spuneți: „O, Doamne, îți mulțumesc; știu că există, cu siguranță, un motiv pentru care mi se întâmplă aceasta, trebuie să învăț ceva. Sunt departe de a fi perfect și, probabil, că am făcut niște prostii”. Datorită umilinței voastre veți simți, dintr-o dată, că ceva se schimbă, se îmbunătățește. Încercați, și veți vedea. Trebuie să înțelegeți că dificultățile trebuie folosite și să vă bucurați chiar atunci când, la prima vedere, nu există nici un motiv de bucurie. Aceasta este o filosofie care vă dă posibilitatea de a trece peste dificultăți, de a le domina, de a plana deasupra vieții, de a fi stăpân peste toate situațiile. Și, în afara puterii voastre, a forței sufletului vostru, Providența va spune: „Luați-i obstacolul acela, scutiți-l de acea suferință...” Până în ziua când va permite să fiți eliberați de tot ceea ce vă împiedică încă.

60 - Încercările ne obligă să ne folosim propriile resurse

Multe dintre suferințele și încercările vieții ne sunt trimise de Lumea invizibilă pentru a ne obliga să utilizăm Forțele spirituale ce se află în noi. Când suntem îndestulați, bogați, copleșiți de bunuri, rămânem la suprafața lucrurilor, în timp ce izolarea și tristețea ne

împing să intrăm în noi înșine pentru a căuta noi resurse. Rolul Inițierii este de a învăța omul să pătrundă în sine pentru a găsi adevărata bogăție, adevărata forță, adevăratul sprijin. În trecut, Inițierea se făcea în temple; acum ea se face peste tot, în viață și în momentele în care ne așteptăm cel mai puțin. Vă gândiți: „Dar, de ce Lumea invizibilă, tocmai ea, nu ne previne dinainte, prin semne, că vom avea de trecut prin încercări?” Pentru că, tocmai în situațiile neprevăzute, suntem obligați să pătrundem mai adânc în noi înșine și să facem eforturile cele mai mari. Toți veți avea de trecut prin încercări și bucurați-vă, căci acestea sunt bogățiile noi. Toți cei care nu au suferit sunt săraci și, vorbind simbolic, nu au culori pentru a-și picta tablourile. Dar cel care a suferit, poate utiliza toate senzațiile pentru a picta tablouri. Marile genii, toți cei care au făcut ceva în decursul existenței lor, au suferit mult. Ei posedau o cerneală neagră și din ea au scos cele mai frumoase culori.

61 - Gândiți că suferințele sunt trecătoare

În fața oricărei greutăți ce se ivește în fața voastră, spuneți-vă: „O, asta nu va ține mult. Este doar pentru un moment, e trecător”. Vă surprinde? Nu credeți că poate avea vreo eficiență? Ba da, este o formulă eficientă, am verificat-o. Numai la gândul că suferința este trecătoare și, deja, o suportăm mai ușor. Și, de fapt, este un adevăr. Ea nu durează pe veci. Douăzeci, treizeci, patruzeci de ani? Ei bine, asta nu este o veșnicie. Trebuie însă să aveți

răbdare, căci, de fapt, voi sunteți aceia care, de-a lungul anilor, v-ați complăcut în aceste situații încurcate. Atunci ați fost răbdători, perseverenți, ba chiar un model de perseverență! Ei bine, a venit momentul să vă dovediți perseverența și în a vă restabili. Atât Binele, cât și Răul, au nevoie de timp pentru a se manifesta. Deci, de acum înainte, oricare vor fi încercările la care veți fi supuși, spuneți-vă: „Acesta nu este decât un moment mai dificil de trecut; în curând nu va mai rămâne nimic din el, căci eu dețin acum mijloacele pentru a-mi reface viitorul și pentru a-l trăi după regulile Cerului”, și puneți-vă imediat pe lucru.

62 - Priviți în sus

Când dați de o greutate, aveți obiceiul să faceți din ea centrul preocupărilor, să o vedeți numai pe ea, să rumegați tot ce nu merge, tot ceea ce constituie un motiv de griji, de îngrijorare, de supărare... A privi așa, permanent în jos, nu este cea mai bună soluție: trebuie să încercați să priviți în sus, acolo unde se află Lumina, Înțelepciunea, Frumusețea, și tot ceea ce vă poate încânta în a găsi mijloacele pentru a depăși dificultățile. Griji, supărări, vor exista întotdeauna, nu veți fi scutiți de ele. Pentru ca să le puteți depăși, trebuie să procedați așa cum faceți contra intemperiilor sau contra insectelor: să vă echipați. Pentru a vă apăra de ploaie vă luați o umbrelă; pentru a face față frigului vă îmbrăcați în haine groase, sau vă instalați o încălzire; iar contra țânțarilor vă

acoperiți sau folosiți un insecticid. Ei bine, în lupta cu greutatea trebuie să priviți în sus pentru a vă lua, de acolo, Lumina și Forța. Numai cu această condiție veți învinge.

63 - Metoda zâmbetului

Când nu sunteți într-o formă bună, fiindcă v-ați ieșit din fire, sau pentru că ați primit vești proaste, sau pentru că cineva v-a constrâns, aveți la îndemână o metodă formidabilă: aceea de a utiliza metoda zâmbetului. Chiar și atunci când sunteți singuri încercați să zâmbiți pentru a vă demonstra că sunteți deasupra greutăților. **Gândiți-vă că sunteți invulnerabili, nemuritori, eterni și zâmbiți-vă, așa, trecând prin fața unei oglinzi.** La început poate că va fi un zâmbet cam forțat; n-are importanță, este deja începutul unei îmbunătățiri. Căci, în dosul acestei metode a zâmbetului, se află metoda iubirii. Din momentul în care v-ați hotărât să aplicați această metodă, vă veți simți mai bine dispuși, și veți găsi mult mai ușor rezolvarea problemelor.

64 - Metoda iubirii

Când vă simțiți agitați, înfricoșați, nefericiți, trebuie să încercați să reacționați. În loc să vă împărtășiți altora grijile, sau să vă lăsați măcinați de ele, liniștiți-vă și începeți să faceți câteva respirații profunde. Pronunțați, apoi, un cuvânt de iubire, faceți un gest de iubire,

trimiteți un gând de iubire... veți constata că ceea ce fermenta în voi și intra în putrefacție a fost dat afară și trimis foarte departe. Făcând apel la iubire, ați deschis în voi un Izvor care, lăsându-l să curgă, va purifica totul. Vedeți cât este de ușor: este suficient să vă deschideți inima și să dați drumul iubirii. Încercați și vă veți întreba de ce n-ați procedat așa și până acum. Auziți vorbindu-se despre iubire și râdeți: dar lumea se joacă cu iubirea în loc să o folosească drept o cale de salvare. Să trăiți cu iubire, însemnează să trăiți la un nivel de conștiință foarte ridicat, reflectat în toate actele vieții, să trăiți în acea stare care armonizează în voi totul, care vă menține într-un perfect echilibru, acea stare care este un izvor de bucurie, de forță și de sănătate.

65 - Lecția scoicii perliere

Cum face scoica de produce o perlă? Înainte de toate, există un grăunte de nisip care a pătruns în cochilia ei și care constituie pentru scoică un inconvenient, căci o irită. „A, își spune ea, cum să fac să scap de el? Mă zgârie, mă mănâncă, ce să fac?” Și iată că începe să reflecteze; se concentrează, meditează, cere sfaturi, până în ziua când înțelege că nu ajunge niciodată să scape de acel grăunte de nisip, dar că are posibilitatea de a-l înveli până va deveni neted, lustruit, catifelat. Și când a reușit, este fericită și își spune: „A, am reușit să înving o dificultate!” De mii de ani scoica perlieră îi învață pe oameni, dar oamenii nu și-au însușit lecția. Și care anume este

această lecție? Aceea că, dacă reușim să ne înfășurăm dificultățile într-o materie luminoasă, dulce, irizată, vom dispune de bogății nemaiîntâlnite. Iată ce trebuie să înțelegeți. Deci, de acum înainte, în loc să vă plângeți și să stați să vă măcinați fără să faceți nimic, munciți și secretați acea materie specială în care vă puteți înfășura dificultățile. Când vă aflați în fața unui eveniment neplăcut, a unei persoane insuportabile, bucurați-vă și spuneți: „**Doamne, ce șansă, încă un grăunte de nisip, iată o posibilitate pentru o nouă perlă!**” Dacă înțelegeți imaginea scoicii perliere veți avea de lucru pentru toată viața.

66 - Învățați să vă împărtășiți fericirea

Există zile în care sunteți bucuroși: vă simțiți bogați, fericiți... Vă gândiți, oare, în acele momente să împărtășiți din fericirea voastră și celor care sunt în sărăcie și în nenorocire? Trebuie să știți să dați o parte din această abundență spunând: „Dragii mei frați și surori din lumea întreagă, ceea ce am eu este atât de minunat încât vreau să-l împart cu voi. Luați și voi din această bucurie, din această Lumină!” Dacă păstrați această bucurie doar pentru voi, fără să vreți să o împărțiți, Ființe răuvoitoare din Lumea invizibilă, care vă pândesc, vor face în așa fel încât să o pierdeți. La un moment dat, se va întâmpla ceva imprevizibil, care vă va face să pierdeți această fericire. Pentru a vă putea păstra bogățiile interioare, trebuie să le distribuiți. Tot ceea ce veți dăruia astfel, se va aduna în

contul vostru din băncile cerești, de unde le veți putea extrage mai târziu, atunci când veți avea nevoie. Și aceste comori rămân în voi, nimeni nu va putea să vă deposeze de ele, căci le-ați pus în rezervoarele de sus.

67 - Exersarea stăpânirii de sine în relațiile cu ceilalți

Aveți un patron, un asociat, un prieten și, dacă în timpul unei conversații nu sunteți destul de atent și de stăpân pe voi, dacă lăsați, din nebagare de seamă, să vă scape câteva vorbe nepotrivite, atunci răul s-a produs, relațiile s-au rupt: vă dă afară, sau ia hotărârea să nu vă mai vadă. Și de aici complicații, neazuri...Vă spuneți că veți încerca să le dregeți; asta este foarte bine, numai că nu este întotdeauna posibil și riscă să fie de lungă durată și foarte costisitor. Cel mai rezonabil este să înțelegem că, de la bun început, trebuie să fim foarte atenți pentru a nu complica situațiile, măcar atât cât depinde de noi. În afară, Doamne Dumnezeule, va fi întotdeauna dezordine, vor exista întotdeauna certuri, și acolo nu puteți face mare lucru. Nu este chiar atât de ușor să faci să domnească pacea în lume. Dar, în tot ceea ce faceți voi, puteți, întotdeauna, să vă străduiți să acționați, astfel încât să păstrați ordinea și armonia.

68 - Să rezolvăm problemele prin iubire, nu prin forță

În relațiile lor cu ceilalți, oamenii sunt mereu tentați să rezolve problemele prin forță și iată că, din contră, ele se complică, totul se înveninează, căci, prin această atitudine, ele provoacă natura lor inferioară, adică dorința de ripostă, de a le ține piept și chiar de a-i extermina. Atâta vreme cât oamenii nu vor alege Forța spirituală, Forța luminoasă, Forța Iubirii divine, ci vor apela la forța brutală, ei nu vor rezolva nimic. Singura soluție este de a da dovadă de bunătate, de iubire și de umilință. Bineînțeles că lucrurile nu se vor rezolva imediat, căci dacă vă veți dovedi blânzi și umili, ceilalți, foarte rău educați, vă vor considera slabi, proști și vor profita pentru a continua să vă calce în picioare. Dar așteptați... În timp își vor da seama că atitudinea voastră nu este dictată de slăbiciune, ci, din contră, de o mare putere morală, spirituală; atunci, ei vor fi cei care vor deveni mai umili, mai respectuoși și lucrurile se vor aranja. Așa că, începând chiar de astăzi, încercați să rezolvați problemele cu părinții, cu prietenii, cu dușmanii, arătându-le iubire și bunătate. Acționând astfel, puneți în acțiune o Lege care îi va obliga, mai devreme, sau mai târziu, să răspundă în același fel.

Răspunzând cu furie la furie, cu ură la ură, cu violență la violență, aplicați o filosofie învechită care nu a prea dat rezultate. Bunătatea este cea care se opune răutății, iubirea înlătură ura și cu blândețe combatem furia. Trebuie să vă fie clar, odată pentru totdeauna, că,

conform Legii, doar Binele are puterea de a lupta cu răul, căci Binele este puternic, nemuritor, în timp ce răul este slab. El poate fi comparat cu o piatră azvârlită în sus: cu cât trece timpul, cu atât forța ei de a se ridica scade. În timp ce Binele este o piatră aruncată de sus în jos, din vârful unui turn; cu trecerea timpului, mișcarea ei se accelerează. Acesta este secretul Binelui: este slab la început, dar atotputernic la sfârșit. Răul, exact invers, este foarte puternic la început, dar, cu timpul, slăbește. Trebuie să cunoașteți aceste realități!

69 - Învățați să depășiți Legea dreptății

Cineva v-a produs un rău? Aceasta nu vă dă dreptul să vă răzbunați pe el. Veți spune: „Dar este pentru a face dreptate!” Nu, acest fel de a înțelege dreptatea stă la baza tuturor nenorocirilor. În numele dreptății, primul venit crede că are dreptul de a-i moraliza pe unii, de a-i pedepsi pe alții... Lăsați dreptatea în pace! „Și atunci ce să facem?” Să recurgeți la un principiu care este dincolo de dreptate, un Principiu de Iubire, de Bunătate, de Generozitate. Iată, sunt deja două mii de ani de când Iisus a adus această nouă Învățătură și, totuși, creștinii continuă să aplice Legea lui Moise: „Ochi pentru ochi, dinte pentru dinte”. Ei încă n-au înțeles că pentru a fi cu adevărat mari, pentru a deveni liberi, nu trebuie să aplicăm într-atât Legea dreptății, nu trebuie să mai căutăm răzbunarea. Răzbunarea este o modalitate veche, preistorică, ce nu aduce rezolvarea: din contră, ea complică lucrurile și ne

mărește datoriile karmice. Să zicem că ați făcut un bine cuiva, l-ați ajutat, l-ați susținut, apoi, într-o zi, descoperiți că, de fapt, el nu merita ceea ce ați făcut pentru el. Ei bine, acceptați această situație: nu căutați să vă răzbunați, să-l pedepsiți și nici nu începeți să povestiți această întâmplare la toată lumea! Când oare veți începe, în sfârșit, să dați dovadă de generozitate și de noblete? Trebuie să închideți puțin ochii, să uitați și să iertați: numai așa veți crește și vă veți întări. Și să știți că, ceea ce ați pierdut, vă va fi redat mai târziu însutit. Altfel, încercând să vă răzbunați, stârniți Forțe negative care, într-o zi, se vor întoarce la voi și vă vor strivi.

În așteptare, dacă doriți să-i dați, într-adevăr, o lecție dușmanului vostru, începeți o muncă gigantică asupra voastră înșivă: rugați-vă, meditați, învățați, faceți exerciții până în ziua când, în fine, veți deține adevărata înțelepciune și adevăratele puteri. Și dacă se va întâmpla să vă reîntâlniți, va fi uluit simțind Lumina și Forța voastră. El va înțelege atunci că, în timp ce voi ați lucrat pentru a deveni mai înțelepți, mai generoși, mai stăpâni pe voi înșivă, el nu făcea decât să se urâtească, și îi va fi rușine. Singurul lucru care contează este să vă îmbunătățiți pe voi înșivă, să vă ocupați de tot ceea ce este constructiv, pur și divin. Bineînțeles că, pentru aceasta, este nevoie să aveți multă iubire, Lumină, dar eu nu știu să existe vreo altă metodă mai eficientă. Și, întrucât există o Lege conform căreia fiecare este obligat să plătească răul pe care l-a pricinuit, toți cei care v-au adus daune vor fi, într-o zi, obligați să vină și să vă caute

pentru a-și plăti greșelile. Se poate întâmpla ca, simțind intuitiv că sunt dușmani mai vechi, să doriți să-i îndepărtați. Nu are importanță. Vor rămâne în preajma voastră și vă vor ruga să le acceptați serviciile. Pentru acesta este Legea: Toți cei care v-au pricinuit vreun rău cărora nu le-ați răspuns tot cu un rău, vor fi obligați (indiferent că vor, sau nu vor asta, părerea lor nu contează) să vină într-o zi și să repare tot răul pe care vi l-au provocat.

70 - Fiți capabili de gesturi dezinteresate

Cât de mult timp pierdeți și cât efort risipiți pentru a face să fie respectate cele ce credeți că sunt drepturile sau posesiunile voastre! De ce vă agățați mereu de interesele voastre? Doamne, faceți un gest dezinteresat și veți fi liberi! La început, Bineînțeles că nu veți fi prea fericiți făcând aceste gesturi, veți suferi, vă veți simți constrâns. Dar, dacă veți reuși, veți descoperi tărâmurii noi, zone luminoase și nimeni nu va fi mai fericit și mai mândru ca voi. Pentru că ați reușit, atunci, un lucru foarte greu: să învingeți natura inferioară care vă împingea mereu să vă luptați pentru a vă păstra avantajele materiale. Dacă vă veți baza pe Înțelepciunea și pe Iubirea Cerului, El nu vă va părăsi: din moment ce ați făcut ceva care să vă lege de El, El va veghea asupra voastră. Nu vă pierdeți niciodată încrederea în Lumea invizibilă: ea îi susține pe toți aceia care se conduc după Legile ei. Dacă, însă, urmați sfaturile naturii voastre inferioare, nu veți ajunge niciodată cu

adevărat la scopul propus: odată și odată, Lumea invizibilă vă va pune obstacole. Dar, dacă vă bazați pe Cer și îi respectați Legile, nu veți fi niciodată părăsiți. Chiar dacă lumea întreagă vă părăsește, veți fi susținuți, încurajați, luminați.

71 - Folosiți-vă de simpatii pentru a prinde curaj, iar de antipatii pentru a vă întări

Simpatia și antipatia sunt mișcări naturale pe care însuși Înțelepții le cunosc. Totuși, diferența constă în faptul că Înțeleptul își domină antipatiile și nu se lasă orbește în voia simpatiilor. El știe că și unele, și celelalte, provin din experiențe avute în vieți anterioare cu ființele pe care le reîntâlnește acum și că, deci, ele nu-l pot informa cu imparțialitate asupra acestor ființe. Atunci, el încearcă să manifeste bunătate față de cei care îi sunt antipatici și să recunoască greșelile și lipsurile celor care îi sunt simpatici. Nici voi nu trebuie să vă lăsați în voia simpatiilor și a antipatiilor fără a le analiza, ci trebuie să învățați să le folosiți. Când cineva vă este simpatic, Gândiți-vă la el pentru a vă bucura și pentru a prinde curaj. Da, cineva care vă este simpatic are o acțiune favorabilă asupra voastră și puteți trage folos din starea bună în care vă aduce. Veți spune: „Dar cu cineva care îmi este antipatic?” Ei bine, și în acest caz se poate face ceva. Spuneți-vă: „Între noi doi, acum, trebuie să depășim asta!” Și, în loc să o ștergeți sau să-i trimiteți gânduri negative, vă veți exersa să-l suportați. Făcând aceste

eforturi, voi sunteți cei care câștigă, pentru că reușiți astfel să vă învingeți natura inferioară care, mereu prezentă, vă îndeamnă la luptă, la neînțelegeri și complicații. În momentul în care veți reuși, veți pătrunde într-o Lume de Frumusețe și de Lumină; în curând veți constata că totul se schimbă, căci toți cei pe care înainte îi priveați cu răceală și cu ostilitate, vor simți că privirea voastră s-a schimbat și vor începe să vă iubească. Da, întotdeauna se ivesc ocazii pentru a vă întări. De ce să nu profitați de ele? Vă agățați de sentimentele voastre de simpatie și de antipatie și nu rezolvați nimic. Ei bine, tocmai de aceea trebuie să faceți ceva, știind că acestea sunt impulsuri pe care le puteți utiliza pentru evoluția voastră.

72 - Utilitatea dușmanilor

În loc să vă plângeți, mai bine încercați să înțelegeți motivele pentru care anumite persoane survin în viața voastră și vă produc evenimente neplăcute. Poate că aceste persoane au fost înadins trimise de către Lumea invizibilă pentru a vă da lecții, pentru a vă face să înțelegeți anumite adevăruri, pentru a vă obliga să vă îmbunătățiți... Atunci de ce să nu folosiți aceste prilejuri? În loc să născociți idei de răzbunare, în loc să vă revoltați, gândind că Cerul ar fi trebuit până acum să-l extermine pe dușmanul vostru... și chiar să sfârșiți prin a vă răzbuna pe alții, care sunt nevinovați, așa cum adesea se întâmplă în viață, profitați și de această ocazie pentru a

lucra asupra voastră. Deci, chiar dacă cineva are față de voi un comportament necorespunzător, în schimb voi trebuie să învățați să vă comportați bine. Și, primul lucru pe care îl aveți de făcut pentru a reuși, este să căutați să vedeți ce lecții puteți învăța din aceste întâmplări neplăcute. Cel mai rău lucru pentru un om este să trăiască nutrind sentimente negative la adresa altora. Căci, trebuie să știți: curenții vieții noastre psihice, înainte de a ajunge la ceilalți, încep prin a ne traversa pe noi înșine. Dacă suntem animați de sentimente de bunătate, vom fi primii care vom profita de această bunătate, iar dacă suntem răi, vom fi cei dintâi otrăviți. Aveți obiceiul să spuneți: „Sunt furios împotriva ăluia, o să-i arăt eu lui!” Bine, s-a făcut, dar veți fi primul intoxicat de propria voastră furie.

73 - Transformați răul

Trebuie să încercați să transformați tot ceea ce primiți de la ceilalți sub formă de critici sau manifestări de ură. Ele sunt aidoma unor pietre obișnuite, pentru care trebuie să găsiți o modalitate de a le transforma în pietre prețioase. Aceasta este alchimia adevărată. Din moment ce pământul este în stare să o facă, de ce n-am fi și noi? Principalul este să ne punem această problemă. Ființa umană deține toate forțele și puterile; chiar și piatra filosofală se află în el, piatră care transformă toate metalele în aur. Atâta vreme cât nu veți vedea lucrurile

astfel, veți fi nenorocit, copleșit și, cel mai mic cuvânt negativ spus la adresa voastră, vă va dărâma.

74 - Adevărații dușmani sunt în noi

Câți nu sunt oamenii care întrețin în ei sentimentul revoltei? Revolta contra unei situații pe care o consideră insuportabilă, sau împotriva unei persoane pe care o socotesc necinstită, sau nedreaptă... Dar oare revolta aceasta este, într-adevăr, atât de necesară? Dacă simțiți nevoia de a vă revolta, puteți găsi teren pentru a face un lucru bun chiar înăuntrul vostru. Da, toate slăbiciunile voastre, toate înclinațiile voastre inferioare, nu credeți că constituie suficiente motive de indignare și că ele merită efortul de a le combate? Dacă revolta există în Univers, însemnează că ea are un rost. Nu poate fi suprimată; deci trebuie să-i înțelegeți rostul și să o puneți și pe ea în slujba Idealului vostru înalt. Atunci, veți ști precis unde, când, cum și împotriva cui, sau a ce, să vă revoltați... Trebuie să ne revoltăm, dar numai împotriva Entităților inferioare care s-au instalat în om sub formă de slăbiciuni și care îl macină, îl înșeală. Câți dintre voi nu sunt nefericiți pentru că sunt conștienți de defectele lor, de slăbiciunile lor! Da, dar ei nu s-au revoltat încă suficient împotriva acestor defecte, pentru a lua decizia de a scăpa de ele pentru totdeauna. Așa încât, încetați de a vă mai revolta zilnic împotriva soției, a soțului, a șefului, a guvernului etc. și revoltați-vă împotriva voastră pentru că adevărații dușmani zac în voi, bine camuflați și mereu

preocupați de a vă întinde curse sub forma tentațiilor, a poftelor, a dorințelor necontrolate. Iar voi, fără să vă dați seama, îi mângâiați, îi alintați, îi hrăniți. Ei bine, de azi încolo împotriva acestor dușmani va trebui să vă revoltați.

75 - Treziți Binele în ceilalți

Foarte puțini sunt aceia care conștientizează proporția daunelor provocate de mania pe care o au de a vedea mereu doar partea proastă a lucrurilor. Multe relații, prietenii, se strică din cauza acestei tendințe de a căuta defectele celuilalt, de a nu observa la el decât ceea ce este rău, criticabil și chiar de a găsi o plăcere în a răscoli viața cuiva, pentru a descoperi detalii compromițătoare. Înțeleptul se străduiește să vadă ambele părți, în același timp: și Binele, și Răul. El nu este orb, nu se lasă păcălit, dar consideră că partea esențială a ființelor, esența lor, este Binele. Fixându-și atenția asupra Binelui, el atrage Forțele acestuia și le face să sporească, atât în el, cât și în ceilalți. De aceea, toți sunt atrași spre o astfel de ființă: ei simt că în preajma ei se trezesc și cresc germenii propriei lor Naturi divine.

76 - Trăiți cu iubire

Iubirea este cea care ne dă cele mai mari posibilități de succes, iubirea este cea care ne face mai capabili, mai lucizi, mai pătrunzători, este cea care pregătește condițiile pentru manifestările cele mai armonioase, cele mai

constructive. Dar cine se ocupă de iubire? Dragostea sexuală, da, interesează pe toată lumea, dar iubirea fără obiect, spirituală, este întotdeauna lăsată pe ultimul loc. Unii vor spune: „Dar dumneavoastră nu trăiți în lumea asta! Nu vedeți cum sunt oamenii: nu pot fi iubiți!” Aflați că, poate, nici unul dintre voi nu a trecut prin cele ce am trecut eu; dacă există cineva care să cunoască condițiile teribile ale existenței, atunci eu sunt acela. Dar tocmai atunci, în chiar acele condiții, când simți că nu-ți vine să iubești pe nimeni pentru că, pe drept cuvânt, de jur împrejur sunt numai motive pentru a-ți închide inima oamenilor, tocmai atunci trebuie să iubești. Altfel, la ce servește această Știință inițiatică, la ce servește această Filosofie divină? Numai pentru că există câteva capete pe care nu le puteți suporta, nu trebuie să ne lipsim de cea mai mare binecuvântare: iubirea. Deci, iubiți, iubiți lumea întreagă, iubiți toate făpturile... Această dragoste este cea care vă armonizează totul în voi. Urmăriți-vă în timpul diferitelor activități; veți observa cât de tensionată și de crispată este ființa voastră: fața, mâinile mai ales, și în tot acest timp energiile voastre se scurg în mod inutil. Aceasta se întâmplă din cauza că nu știți să lucrați cu iubire. Atunci, opriți-vă, destindeți-vă complet, mai ales creierul vostru să fie destins, opriți-l pentru câteva minute din funcționare pentru a nu simți altceva decât iubirea care curge prin voi... Cel mai mare secret, metoda cea mai eficace, este de a iubi. Când ieșiți dimineața din casă, gândiți-vă să salutați toate ființele, din lumea întreagă. Spuneți-le: „Vă iubesc, vă iubesc...” Și abia apoi

plecați la lucru. Toată ziua vă veți simți fericiți, dilatați, iar relațiile voastre, cu ceilalți vor fi mai ușoare, căci v-ați trimis iubirea tuturor ființelor din Univers; și, din toate colțurile spațiului, această iubire va reveni la voi. Există atât de multe lucruri de făcut pentru a face viața demnă de trăit.

77 - Deveniți asemenea unui Izvor

Izvorul tâșnește și curge fără oprire, iar dacă cineva vrea să-l murdărească, aruncând în el gunoaie, el continuă să curgă și curentul va duce gunoaiele. Izvorul rămâne mereu curat, viu, pentru că el nu se oprește nici o clipă din curgere. Găsiți filosofie mai bună decât cea a Izvorului? Luați Izvorul drept model, deveniți asemenea lui, adică iubiți, iubiți în pofida și împotriva a tot. Această iubire care tâșnește vă va apăra de impurități și de suferințe; nici măcar nu veți observa că cineva a încercat să vă murdărească și să vă dăuneze, căci curgerea Izvorului va îndepărta orice ar putea să vă facă rău. Păstrați în voi, zi și noapte, această imagine a Izvorului care curge și care aruncă răul și impuritățile, iubiți fără încetare și nu veți mai suferi.

78 - Cerul ne-a dăruit bogății, pentru ca să învățăm să fim generoși

Dacă aveți în preajmă persoane greu de suportat, aceasta este pentru ca să învățați să iubiți. Într-o bună zi,

când veți părăsi Pământul și vă veți înfățișa în fața Entităților cerești, ele vă vor cere socoteală și vă vor spune: „De ce nu ați dat dovadă de iubire față de semenii voștri?” „Păi, pentru că erau urâți, răi, proști: „Nu, aceasta nu este un motiv; voi ați primit din Ceruri bogății foarte mari: ochi, gură, urechi, inteligență, o inimă, iar ele v-au fost date pentru a iubi, nu pentru ca să calomniați, să disprețuiți, să distrugeți și să călcați în picioare: „Da, dar erau niște nenorociți!” „Ei bine, tocmai de aceea, aveți un motiv în plus pentru ca să le dăruiți și mai multă generozitate!” Nimic nu vă va putea justifica.

79 - Uitați-vă dușmanii cu gândul la prieteni

A fost cineva nedrept cu voi, ați fost criticați, calomniați? Bine, am înțeles, dar de ce să rămâneți cu gândul acolo și să fiți nefericiți zile în șir? Spuneți-vă: „Chiar dacă unii nu mă iubesc, mulți alții mă iubesc; Dumnezeu însuși mă iubește!” Astfel vă veți gândi la prietenii voștri, la Lumea divină, la Dumnezeu care a creat atâtea lucruri bune și frumoase de care voi beneficiați în fiecare moment al existenței voastre, și veți uita răul ce v-a fost făcut. Exersându-vă în acest fel, veți ajunge să deveniți insensibili la partea negativă a lucrurilor.

Adevărata sensibilitate este deschiderea totală către Ceruri și închiderea față de tot ce este negativ și întunecat. Altfel, dacă sunteți sensibili doar la ceea ce este negativ, aceasta este de fapt susceptibilitate, o

manifestare bolnăvicioasă a personalității. La ce fericire vă puteți aștepta când nici Cerul, nici Îngerii, nici florile, nici păsările, nici prietenii nu mai există pentru voi, ci doar oamenii nedrepti și răi?

80 - Întăriți-vă împotriva criticilor

Ați fost criticați, calomniali, și iată-vă prăbușiți. De ce? Pentru că nu erați pregătiți. Trebuie să știți, dinainte, că întreaga viață va fi așa. De ce să vă imaginați că voi veți fi scutiți? Deci, acum, ridicați-vă puțin și spuneți-vă: desigur, nu este pentru ultima oară că primiți critici și că, dacă nu faceți nimic pentru a vă întări astăzi, ei bine, când aceasta se va repeta, vă veți prăbuși din nou. Bineînțeles, sunteți mirați: ați dori să vă spun că, vouă, această nu vi se va întâmpla niciodată, că de acum înainte veți fi protejați, scutiți. Ei nu, eu vă spun doar să vă pregătiți pentru alte încercări de același fel! Trebuie să știți, dinainte, că tot soiul de evenimente neplăcute vi se pot întâmpla. Dacă nu vi se întâmplă, cu atât mai bine, mulțumiți Cerului; și dacă vi se întâmplă, mulțumiți din nou Cerului pentru că cel puțin ați fost pregătiți.

81 - Învățați să vă puneți în situația celorlalți

Oamenii au, rareori, obiceiul de a se pune în situația celorlalți, și de aici decurg o mulțime de judecăți greșite, cruzimi și nedreptăți. Ei nu vor să-și părăsească niciodată propriul punct de vedere: măsoară, cântăresc, judecă

totul după gustul lor, după înclinațiile și preferințele lor, fără să țină seamă vreodată de ceilalți. Iar acum, când mijloacele de comunicare le permit să vină atât de ușor în contact, ei trebuie să învețe să-și depășească câmpul lor limitat de cunoștințe, căci altfel, tot ceea ce ar putea servi la o apropiere între ei va servi la a se distruge. Deci, înainte de a acuza pe cineva, încercați pentru câteva minute măcar să vă puneți în situația lor; și, deseori, veți constata că, dacă ați fi în acea situație, ați proceda, poate, de zece ori mai rău. Prin numai câteva minute de astfel de exerciții veți dobândi calități de noblețe, răbdare, indulgență și blândețe. Faceți, deci, exercițiul următor: puneți-vă pentru câteva minute în „pielea” persoanelor care nu vă sunt plăcute și pe care le suportați greu, și veți vedea că nu se poate să nu căpătați înțelegere față de ele și să nu le iubiți.

82 - Câteva sfaturi referitoare la copii

Fiți atenți la modul în care le vorbiți. Adulții nu dau suficientă atenție modului în care se adresează copiilor. Unii îi tratează ca pe niște incapabili, niște răufăcători, niște idioți, și copiii, sugestionați, hipnotizați, devin, după un timp, într-adevăr proști și incapabili. Trebuie să știți: cuvântul este puternic, acționează și că, ceea ce le spuneți copiilor, poate avea o influență foarte dăunătoare asupra lor, să-i blocheze sau să-i sperie. Deseori adulții - părinții, educatorii - sunt aceia care îi distrug pe copii. Pentru a se face ascultați, pentru ai face să lucreze sau să stea

cuminți, de ce este nevoie să fie speriați cu bau-bau, cu lupul, cu poliția sau cu altele de acest fel? În decursul întregii lor existențe, acești copii se vor putea simți amenințați, în pericol și vor deveni o bună clientelă pentru psihanaliști. Sunt multe lucruri pe care adulții trebuie să le corecteze, în atitudinea lor față de copii.

83 - O metodă pentru a le dezvolta calitățile

Pentru a fi niște buni educatori, părinții trebuie să se gândească la toate calitățile și virtuțile care zac în sufletul și spiritul copilului lor. În loc să se mulțumească să-i administreze copilului o pereche de palme sau două la fund, pentru a-l învăța minte să nu mai repete anumite prostii, ei ar trebui să se concentreze asupra scânteii divine din copilul lor, să facă toate eforturile pentru a o dezvolta și astfel, mai târziu, acest copil va face minuni. Și chiar atunci când copilul doarme, ei pot sta pe marginea patului lui, mângâindu-l cu blândețe, fără să-l trezească, și să-i vorbească în șoaptă despre toate calitățile minunate pe care ei doresc ca copilul să le manifeste mai târziu în viață. Ei vor introduce, astfel, în subconștientul lui, elemente prețioase care, peste ani, când el le va descoperi, îl vor apăra de multe greșeli și pericole.

84 - Creați în jurul lor o atmosferă armonioasă

Pentru a educa un copil nu este suficient să-l trimiteți la școală, fie ea și cea mai bună. Dacă acasă li se oferă copiilor spectacolul certurilor, al minciunilor și al necinstei lor, cum își închipuie acești părinți că vor educa copilul? S-a observat că un sugar se poate îmbolnăvi și poate prezenta tulburări nervoase din cauza certurilor dintre părinți, chiar fără să fi fost prezent. Căci aceste certuri crează în jurul copilului o atmosferă de dizarmonie pe care copilul o resimte, pentru că el este încă foarte legat de părinți. Sugarul nu este conștient, dar corpul său eteric resimte șocurile. Vedem unii părinți care se poartă față de copii lor într-un mod atât de ciudat, încât ne întrebăm dacă într-adevăr ei își iubesc copiii. Bineînțeles că ei vor răspunde afirmativ. Dar nu este așa; dacă i-ar iubi cu adevărat, și-ar schimba comportamentul, ar încerca măcar să-și îndrepte anumite slăbiciuni care se reflectă cu consecințe negative asupra copiilor. Atâta vreme cât nu fac aceste eforturi, ei nu-și iubesc copii cu adevărat.

85 - Oferiți-le o imagine fără cusur

În orice situație, adulții trebuie să se dovedească fără cusur în fața copiilor, să nu aibă slăbiciuni sau defecte. Când adulții (părinți, educatorii) lasă să se întrevadă slăbiciunile lor, copii sunt tulburați, dezorientați, căci nu mai au nimic solid de care să se agațe. În mod instinctiv, copiii caută întotdeauna să se sprijine pe ființe care întrupează dreptatea, noblețea, puterea, ei toți poartă în

ei o nevoie instinctivă de dreptate și de adevăr, și, atunci când constată că adulții care se ocupă de ei comit o acțiune reprobabilă, ceva în ei se dereglează. Copilului care se simte mic, slab, îi place să aibe deasupra lui o autoritate infailibilă, care îl protejează. El este neștiutor în toate, dar știe că este slab; de aceea are nevoie de protecție și se aciuiește în brațele mamei pentru a-i simți căldura. El nu caută sprijinul numai în plan fizic, ci și în plan psihic. De aceea, atunci când un copil înțelege că mama sa, tatăl său, părinți sau profesorii, nu sunt la înălțimea sarcinii pe care o au, el se simte pierdut, sau se revoltă... Aceasta este originea multor tragedii în familie, sau în societate.

86 - Condițiile pentru ca o corecție să fie benefică

Este de preferat să nu bateți niciodată copilul. În mod cu totul excepțional, dacă într-adevăr o merită, o palmă sau o bătaie la fund nu-i face rău, dar atenție!... Nu palmuiți niciodată un copil când sunteți furioși, căci veți lăsa în memoria lui o impresie de ură, de răutate, de injustiție, în timp ce, de fapt, pentru a-l educa, el trebuie să simtă că sunteți drept și, tocmai de aceea, îi aplicați corecția. Dacă sunteți în situația de a aplica o corecție unui copil, fiți atenți la privirea voastră. În ea nu trebuie să se citească nici furie, nici ostilitate, nici vreun alt sentiment negativ, căci copilul va uita repede palma sau bătaia la fund, dar niciodată ceea ce a citit în privirea voastră. Deseori, adulții bat copiii pentru că sunt

exasperați, sau pentru că au ajuns la capătul răbdării: este o reacție foarte proastă. Palmele sau bătaia la fund nu trebuie să se datoreze enervării părinților - enervarea nefiind un sentiment pedagogic -, ci dorinței de a-i face pe copii să înțeleagă, spre binele lor, că există anumite reguli ce trebuie respectate.

87 - Puterea cuvântului dezinteresat

Câți oameni nu sunt aceia care, după ce au desființat pe cineva prin critică și reproșuri, pretind: „Dar eu am spus toate acestea spre binele lui, vroiam să-l ajut, am fost sincer, atâta tot!” În realitate, ei simțeau pur și simplu nevoia să-și verse iritarea, nemulțumirea, și au găsit drept pretext sinceritatea. De ce, sub imperiul furiei, devenim deodată sinceri? Puteți să aduceți toate argumentele pe care le doriți: dar atâta vreme cât mobilurile voastre nu vor fi cu adevărat dezinteresate, spirituale, ceea ce veți spune nu va produce niciodată efecte bune. Cuvintele voastre nu vor fi cu adevărat puternice și benefice, decât în ziua în care veți fi pe deplin stăpâni pe gândurile și sentimentele voastre; altfel, oricare ar fi bunele voastre intenții de a-i ajuta pe ceilalți, nu numai că nu le sunteți de ajutor, ci, dimpotrivă, le veți dăuna îi veți rătăci.

88 - Aprofundați un Adevăr înainte de a vorbi despre el

În Viața spirituală există o regulă care cere ca, atunci când primim un Adevăr, să începem prin a-l trăi, înainte de a-l predica celor din jurul nostru. Da, aceasta este o regulă foarte importantă care trebuie reținută. Un Adevăr trebuie experimentat și exersat, iar atunci când a devenit „carne și os” în voi, când a fuzionat cu voi, nimic în lume nu mai poate să facă să-l pierdeți. În timp ce, dacă începeți să vorbiți în dreapta și stânga despre un Adevăr pe care tocmai l-ați aflat, el vă va părăsi: l-ați expus pe tarabă la piață, nu vă mai aparține și sunteți din nou slabi și nefericiți. Trebuie, deci, să începeți prin a-l ține în voi pentru ca să vă aducă forță și să vă ajute să învingeți încercările la care veți fi supuși. Din acel moment, el nu vă va mai părăsi. Atâta timp cât nu ați trăit și nu ați experimentat un Adevăr, el nu face parte din voi; de aceea, el vă poate părăsi și va trebui să luptați și să suferiți pentru a-l regăsi. Trebuie, deci, să-l păstrați un anumit timp, să trăiți cu el pentru a-l face să fie al vostru; de atunci încolo, nu numai că nu vă va părăsi, dar când îl veți împărtăși celorlalți, el va avea o asemenea forță, o asemenea putere, datorită sincerității exprimării voastre, încât veți reuși să îi convingeți. Timbrul vocii voastre, emanațiile care vor ieși din voi, vor fi cu adevărat convingătoare, căci ați păstrat vreme îndelungată în voi acel Adevăr, și prin aceasta l-ați întărit.

89 - Începeți prin a deveni voi înșivă mai înțelepți

Oamenii sunt obișnuiți să observe mereu slăbiciunile și imperfecțiunile celorlalți, dar niciodată pe cele proprii. Ei pretind celorlalți inteligență, bunătate, cinste fără a-și pune întrebarea cum sunt ei. Dacă sunt atât de puțini oameni perfecți în lume, aceasta se datorează faptului că toți gândesc la fel: toți așteaptă eforturi din partea celorlalți, ei înșiși putând foarte bine să rămână așa cum sunt. Ei bine, consecințele acestei atitudini sunt foarte dăunătoare, și, mai ales, în cazul celor al căror rol, sau meserie, este de a se ocupa de alții. Să luăm, bunăoară, cazul părinților: ei se ocupă de copii lor, și este bine așa, este datoria lor; dar oare au știut, mai întâi, să se ocupe de ei înșiși, înainte de a se ocupa de copii lor? Nu, au trăit cum a dat Dumnezeu, dar au lăsat dezordinea să se instaleze în ei și acum, deformați sau chiar dărâmați, se cred capabili de a-și educa copiii! Faptul că copiii lor primesc exemplul unui comportament deplorabil, care va influența negativ psihicul și chiar sănătatea lor, asta n-are nici o importanță. Câți oameni nu se căsătoresc decât pentru că singuri se plictiseau, și apoi, când au copii, se trezesc în fața unor probleme de nerezolvat. Înainte de a vrea să-i educați pe ceilalți, ocupați-vă de propria voastră educație; altfel, este ca și cum ați vrea să ștergeți o mică pată de pe fața cuiva, dar având mâinile negre de cărbune: îl murdăriți și mai tare. Toți cei care se apucă să-i lumineze și să-i facă pe ceilalți mai înțelepți, fără ca ei înșiși să fie luminați, nu fac altceva decât să-i

dezorienteze. Lăsați-i, deci, în pace pe ceilalți și preocupați-vă doar de propria voastră îmbunătățire. De ce să vă pierdeți timpul jelindu-vă asupra imperfecțiunilor umanității? Nu vă mai preocupați de ea; ocupați-vă de propria voastră perfecționare: din acel moment nu veți mai fi copleșiți de atâtea griji, nu vă veți măcina, ci vă veți accelera evoluția, pentru că vă veți concentra asupra perfecționării voastre.

Credeți-mă, lăsați-i pe ceilalți să facă ce cred, iar voi lucrați asupra voastră. Voi sunteți cei care trebuie să progresați, cei care trebuie să fiți exemple. Nu veți reuși să-i faceți pe oameni mai înțelepți nici cu cele mai frumoase discursuri, dar, dacă veți fi voi înșivă un exemplu, ei vă vor urma chiar fără voia lor. De aceea, în loc să așteptați mereu ca să fie armonie în familia voastră, în anturajul vostru, la slujba voastră, și să plângeți că ea nu există, începeți prin a o crea înăuntrul vostru. Când ceilalți vor simți cât de mult v-ați schimbat, vor fi obligați să se schimbe și ei, căci este contagios, este magic; o ființă care lucrează sincer asupra sa degajă asemenea forțe încât determină anturajul său să procedeze la fel. Trebuie să cunoașteți natura oamenilor, să știți ceea ce sunt și să nu vă preocupați prea mult de acea latură a lor care vă inspiră simtimente negative. Căci, există o corespondență între ceea ce ne preocupă și stările în care ne aflăm. Dacă vă lăsați pradă sentimentelor negative față de ceilalți, nu vă mirați când vă veți simți prost dispuși: nu este nimic de mirare. Pentru a nu fi niciodată zdruncinați, tulburați,

descurajați, trebuie să vă bazați numai pe activitatea depusă în interiorul vostru.

90 - Soarele, model de perfecțiune

Dacă aveți un prieten pentru care nutriți respect și admirație, frecventându-l, veți recepționa, chiar fără voia voastră, unele dintre calitățile sau defectele lui. Sfârșim, întotdeauna, prin a semăna ființelor sau lucrurilor pe care le iubim sau admirăm; aceasta este o lege. În mod similar, dacă veți lua obiceiul de a privi în fiecare dimineață Soarele, minunându-vă de generozitatea lui, de puterea lui, de toată viața care izvorăște din el, veți simți, cu timpul, unele schimbări ce se vor produce în voi, de parcă o parte din lumina, din căldura și din viața lui pătrunde în voi. Soarele este imaginea perfecțiunii, și, dacă îl veți lua ca model, dacă, asemenea lui, veți dori să fiți luminoși, plini de căldură și dătători de viață, într-adevăr vă veți transforma. Evident că niciodată nu veți ajunge să fiți la fel de luminoși, de plini de căldură și de viață ca și Soarele, dar, numai dorința de a dobândi aceste calități, vă va proiecta în sferele cerești și veți reuși, într-adevăr, să faceți minuni. Pentru a avea o influență benefică asupra oamenilor, trebuie să intrați în fiecare zi în contact cu Soarele pentru a primi câteva particule noi, pe care le veți transmite celor din jurul vostru. Soarele este singurul care vă poate dăruia ceea ce aveți nevoie pentru a putea ajuta și iubi oamenii. Cât timp nu vă veți concentra asupra acestui model de căldură și de lumină,

veți fi pradă manifestărilor naturii voastre inferioare. Priviți ce se întâmplă în lume: nu vedeți decât oameni care vor să profite de pe urma celorlalți, să-i supună, să-i zdrobească. Nu e nimic de laudă! În timp ce în Soare, aveți imaginea unei ființe generoase, care radiază și, prin aceasta, sunteți influențat, chiar dacă admitem că el nu este o făptură inteligentă și rațională în sensul pe care îl înțelegem noi, totuși, contactul cu căldura și cu lumina sa, vă vor inspira sentimente de fraternitate față de ceilalți: generozitate, bunătate, răbdare. Deci, luați Soarele ca model. În timpul zilei, supravegheați-vă și analizați-vă punându-vă întrebarea: „Oare acum radiez și propag lumină? Oare încălzesc și deschid inimile celorlalte ființe? Oare le aduc viață?” Da, în fiecare clipă a unei zile puneți-vă aceste întrebări, căci aici aveți cheia perfecțiunii voastre.

91 - Secretul adevăratei psihologii

Dacă oamenii sunt slabi psihologi, aceasta este din cauză că sunt mereu preocupați de propria lor persoană. Ei sunt ca legați la ochi de către valul naturii lor inferioare, care îi împiedică să distingă ceea ce se petrece în capul sau în inima celorlalți. Chiar și atunci când iubesc pe cineva, valul îi împiedică să vadă; astfel, rămân surprinși când, dintr-o dată, constată transformările produse în soția lor, soțul lor, copiii lor, prietenii lor, transformări pe care nu le-au prevăzut și a căror apropiere n-au simțit-o. Numai cel care și-a dominat

natura inferioară și a devenit capabil de a uita propriile interese poate, într-adevăr, să-i cunoască și să-i înțeleagă pe ceilalți. Iată o metodă pentru a reuși să ieșiți din limitele conștiinței voastre individuale. Folosiți-vă imaginația și proiectați-vă foarte sus, pentru a intra în legătura cu Ființa care îmbrățișează totul, care poartă în Sine toate fapăturile și pe care le hrănește. Întrebați-vă cum vede El viitorul umanității, ce proiectează El pentru ea, pentru evoluția ei. Atunci când veți încerca o apropiere de această Ființă nemăsurat de mare și de luminoasă, în subconștientul, conștientul și supraconștientul vostru se vor produce niște lucruri care vă vor provoca experiențe și senzații de nedescris. Trebuie să repetați acest exercițiu până veți ajunge să simțiți că vă topiți în acest Ocean de Lumină care este Dumnezeu. Și când această practică a devenit pentru voi un obicei și când veți ajunge să simțiți momente de împlinire prin comunicarea cu ființele cele mai elevate, atunci veți putea începe să coborâți în conștiința oamenilor, pentru a învăța să-i cunoașteți, pentru a simți nevoile lor, suferințele lor, făcând, astfel, o muncă constructivă pentru întreaga umanitate.

92 - Dincolo de aparențele oamenilor, căutați sufletul și Spiritul lor

Învățați să priviți toți bărbații și toate femeile cu un sentiment sacru și, dincolo de veșmintele lor, de forma trupului sau a feței lor, veți descoperi sufletul și Spiritul lor care sunt fii și fiice ale lui Dumnezeu. Dacă veți ști să

vă opriți asupra sufletului și Spiritului lor, toate făpturile pe care le-ați neglijat, le-ați părăsit, le-ați disprețuit, vă vor părea deosebit de prețioase. Cerul însuși le-a trimis pe Pământ deghezate, El le consideră ca pe niște comori, ca pe receptacule ale Divinității. Deci, la toate ființele pe care le întâlniți, luați mai puțin în considerare aparența fizică, averea, situația, instruirea, și mai mult sufletul și Spiritul, căci, altfel, nu veți ajunge niciodată să cunoașteți esențialul. Spuneți-vă că până și cei care aici se prezintă sub formă de cerșetori sunt, în realitate, în ochii Domnului care i-a creat, prinți și prințese.

93 - Iubiți fără a-i pune în pericol pe ceilalți

Atunci când iubiți o ființă, în loc să vă agățați în mod egoist de ea, propuneți-vă să o conectați la Ceruri, să o conectați la Izvorul nesecat al Vieții pentru ca, neîncetat, să se poată alimenta și regenera. Nu este nimic mai important decât să știi cum să iubești. Dacă doriți fericirea și împlinirea ființei iubite, încercați să vă gândiți mai puțin la voi, căci riscați să o antrenați în regiunile inferioare ale poftelor și ale dorințelor voastre. Dragostea nu însemnează a atrage o ființă către sine, ci, din contră, este dorința de a se depăși pe sine, prin dorința de a face ceva măreț pentru celălalt, și nu există nimic mai măreț decât a-l conecta la Izvor. Apropiați-vă de ființa iubită, priviți-o, îmbrățișați-o, și imaginați-o în Ceruri, alături de Mama divină, sau de Hristos, de Tatăl ceresc, sau de Sfântul Duh... Și chiar dacă nu sunteți atât de intimi

pentru a o lua în brațe, încercați să o conectați cu gândul la Izvorul Luminii; doriți-i să înțeleagă noua Viață, doriți-i să trăiască în liniștea și pacea din care nu a gustat încă vreodată. Faceți în așa fel încât iubirea voastră să contribuie la deschiderea și împlinirea ființelor pe care le iubiți.

94 - Iubiți fără a vă pune în pericol

Iubirea este o Forță care lucrează și vă transformă, făcându-vă asemănători celui pe care îl iubiți. Dacă iubiți o ființă egoistă, vulgară, necinstită, rea, una câte una slăbiciunile sale pătrund în voi și sfârșiți prin a-i semăna. Dar dacă vă concentrați asupra Domnului, dacă-i dăruieți iubirea voastră cu convingerea că este imensitatea, un Ocean de Lumină și de Viață, puțin câte puțin conștiința voastră se lărgeste, se luminează și Viața divină începe să circule prin voi. Învățați, deci, să iubiți. Bineînțeles că este permis, chiar necesar, să iubiți toți oamenii. Dar, pentru a nu coborî la nivelul slăbiciunilor lor, este nevoie să-l iubiți mai întâi pe Dumnezeu. Cel ce îl iubește pe Domnul, poate iubi pe oricine, pentru el nu vor mai fi pericole; Iubirea divină îl va întări și îl va susține deasupra pericolelor. Când un salvator se aruncă în apă pentru a scăpa un om de la înec, el îi dă picioarele pentru a se agăța de ele; dar dacă celălalt vrea să-l apuce de mâini, este obligat să-l lovească în cap, pentru a-l face să-și piardă cunoștința; doar așa îl poate salva, altfel se îneacă amândoi. La fel să faceți și voi, păstrați-vă brațele

pentru Dumnezeu și lăsați-vă picioarele oamenilor! Nu le dăruiți toată iubirea voastră căci vă veți pierde odată cu ei. Câți nu sunt cei care iubesc pe oricine, oricând, oricum și apoi afirmă că iubirea aduce toate nenorocirile. Nu, niciodată! Neștiința lor în privința iubirii este pricina nenorocirilor, nu iubirea, căci Iubirea este Dumnezeu și Dumnezeu nu aduce niciodată Răul. Dar trebuie mai întâi să-l iubiți pe Dumnezeu, să vă impregnați cu vibrațiile Sale, și abia apoi veți putea să-i iubiți și să-i ajutați pe ceilalți fără pericol. Din moment ce sunteți conectați la Izvor, puteți să vă dăruiți forțele fără să slăbiți, căci Apa în voi se reînnoiește permanent. Dar, dacă tăiați această legătura, cum rezervele voastre nu sunt nelimitate, vă veți epuiza curând.

95 - Numai îmbogățindu-vă în preajma Domnului puteți ajuta celelalte făpturi

Nu părăsiți niciodată Cerul, indiferent pentru cine, copil, soție, soț, căci numai fiind legați de Ceruri puteți să-i ajutați. Veți spune: „Dar ce rău este în a-ți consacra timpul muncii, soției, copiilor, prietenilor?” O, nici un rău, evident, este foarte bine să vă manifestați ca un om al datoriei, serios și conștiincios. Dar nu într-atât încât să uitați de Ceruri. Sentimentalismul, atașamentul orb nu vă vor conduce nicăieri. Cum reacționează, într-un caz de forță majoră, un tată care își iubește cu adevărat familia? El are curajul de a o părăsi, pentru o vreme, pentru a pleca în străinătate să câștige bani. În timp ce altul, care

nu are aceeași dragoste, n-are curajul de a pleca. Deci, vedeți, în aparență primul și-a părăsit familia, dar a făcut-o pentru a-i ajuta: el a plecat în străinătate să câștige bani, iar la reîntoarcerea sa toți vor fi fericiți; în timp ce acela care n-a vrut să-și părăsească familia, o ține în sărăcie și pe el de asemenea. Și acum, să interpretăm. Cel ce-și iubește cu adevărat soția sau soțul, copiii, prietenii, știe să-i părăsească din când în când pentru a „merge în străinătate”, Adică în Lumea divină, unde va aduna comori, iar la revenire va împărți tuturor daruri. În timp ce acela care nu înțelege, va rămâne mereu cu familia sa, dar ce-i va putea dărui? Nu prea mare lucru, câteva mărunțișuri, câteva coji de pâine mucegăite rămase prin dulapuri. Și cât timp trebuie să rămânem în străinătate? Asta depinde: poate o jumătate de oră, o oră, poate o zi întreagă... Singura iubire adevărată este cea care aduce ființelor tezaurul curat al Cerului.

96 - Circulația iubirii

Nu vă mai preocupați să aflați dacă cel pe care îl iubiți este, în același timp, și cel care vă iubește. De ce? Pentru că iubirea circulă, ea trece de la unul la altul: o primim și trebuie să o dăm mai departe. Ceea ce îi dăruiți ființei iubite, ea dăruiește mai departe, la rândul ei, celei pe care o iubește, și se formează astfel un lanț, un curent care pornește de la voi și revine la voi prin mii de alte ființe. Pentru a înțelege mai bine această idee, este suficient să ne imaginăm că toți suntem alpiniști pe o aceeași coardă.

Trebuie ca fiecare să urce iar coarda să rămână mereu întinsă. Dacă îi veți spune celui dinaintea voastră: „Te iubesc, întoarce-te și uită-te la mine” împiedicați urcarea întregii coloane. Să te întorci pentru a merge către celălalt, însemnează a da înapoi, însemnează să destinzi coarda, să-i împiedici pe cei care sunt înaintea ta să-și continue urcușul și pe cei din spate să-și continue drumul. Fiecare trebuie să meargă în sens unic, în sensul deplasării întregului lanț. Nu avem voie să ne oprim pentru a ne privi și a ne vorbi; trebuie să urcăm către înălțime, continuu, fără pauze, fără slăbiciuni.

97 - Iubirea poartă în ea răsplata

Inima noastră trebuie să fie plină de iubire pentru oameni pentru că ei sunt, cu toții, frații noștri. Trebuie să ne gândim la ei și să îi ajutăm fără a ne aștepta nici la cea mai mică recompensă, căci, în realitate, avem deja răsplata: această deschidere interioară, această căldură care ne copleșește atunci când iubim. Aceasta este o mare răsplată și nu există în toată viața alta mai mare. Așteptați mereu să fiți răsplătiți pentru ceea ce ați făcut? Aceasta dovedește, din partea voastră, o proastă înțelegere a lucrurilor. Cel care a înțeles secretul iubirii nu așteaptă nimic; el dăruiește gratuit. Și pentru că el trăiește permanent în împlinire și în bucurie, el radiază, și astfel câștigă încrederea multor prieteni. Unde ați putea găsi o răsplată mai mare ca aceasta?

98 - Cel ce știe să se deschidă către ceilalți nu este niciodată singur

Câți oameni nu se plâng de singurătate! Cu toate că în jurul lor sunt o mulțime de persoane, ei se plâng de singurătate. În realitate, ceea ce îi izolează este atitudinea lor: nu știu să se deschidă, nu știu să iubească, nu știu să spună două cuvinte de încurajare sau de consolare, nu știu să dăruiască; așteaptă mereu ca ceilalți să fie cei care vin spre ei. Dar ceilalți sunt, de obicei, foarte ocupați, au propriile lor griji și probleme, au preocupările lor... Așa că nu auzim decât plângeri: „Nimeni nu vine să mă vadă, nimeni nu mă iubește, nimănui nu-i pasă de mine”. Și, totuși, de ce mereu ceilalți trebuie să fie cei care iubesc și care se interesează de soarta lor? Dacă suferiți de singurătate, nu rămâneți cu mâinile în sân fără să faceți nimic. În loc să stați retrași într-un colț, măcinați de gânduri, să așteptați atențiile și dragostea celorlalți, fiți voi cei care faceți primul pas, porniți voi către ceilalți. Nu există nici un motiv pentru a vă simți singuri când există Iubire, când există Lumină. Dacă vă simțiți singuri însemnează că v-ați exilat singuri în afara Iubirii și a Luminii. De câte ori nu am insistat pentru ca să ieșiți puțin din egocentrismul vostru și să faceți ceva și pentru ceilalți. Părinții obișnuiesc să le spună copiilor: „Nu fii prost, nu face tu primul pas, lasă-i pe ceilalți să vină să te caute”. Bineînțeles că se poate întâmpla să vină mereu ceilalți să-i caute, dar asta numai în cazul în care ei știu să fie utili. Dacă vă veți face brutari, oamenii vor veni să

caute pâine. Pentru a fi căutați de oamenii, trebuie să fiți în stare să le dăruiti ceva. Cel care nu are nimic de dat, nu atrage pe nimeni și rămâne singur. Nu trebuie să le reproșați celorlalți că nu vin spre voi. Schimbați-vă, fiți plăcuți și veți vedea cum vor veni. Luați exemplul trandafirului înflorit: el răspândește un parfum minunat și toată lumea se apropie de el să-l miroasă, chiar albinele și fluturii, și asta pentru că s-a deschis. Atunci voi de ce rămâneți închiși, fără parfum?

99 - Prezența divină este singura care poate umple cu adevărat sufletul omenesc

Fiecare își dorește să întâlnească o ființă alături de care să poată progresa pe calea vieții cu încredere, o ființă cu care să-și poată împărtăși unul celuilalt cele mai intime gânduri și emoții. Dar nu este ușor. În câte romane, filme, piese de teatru, bărbați și femei își istorisesc spaimile, suferințele, provocate de imposibilitatea găsirii unei astfel de ființe! Aceasta se întâmplă din cauză că sufletul omenesc nu poate fi umplut, o dată pentru totdeauna, decât de către Dumnezeu. Cel ce vrea să învingă singurătatea, cel ce vrea să simtă în fiecare zi că este plin de o prezență făcută numai din bucurie și fericire, trebuie să se unească cu Dumnezeu. Singurătatea este o stare a conștiinței pe care au cunoscut-o și cei mai Mari Inițiați. Iisus însuși a trecut prin acest tărâm întunecat și pustiit atunci când a strigat: „Tatăl Meu, de ce M-ai părăsit?” Toți vor cunoaște, într-o

zi, această singurătate. De ce? Pentru că nimeni nu-și poate dezvolta, cu adevărat, credința, speranța și iubirea atunci când este fericit, satisfăcut, înconjurat de prieteni, ci doar atunci când este singur și părăsit în interiorul său, căci nu există alt mijloc pentru a putea traversa singurătatea decât acela de a te sprijini pe Ființa care susține toate lucrurile. Trebuie să crezi în acea Ființă nemuritoare, să O iubești, să speri în Ea.

100 - Traversarea pustiului

Se întâmplă în Viața spirituală să te simți înăuntrul tău de parcă ai traversa regiuni pustii, lipsite de viață: nu mai ai chef de nimic, totul devine lipsit de farmec, totul pare străin. Aceasta este starea cea mai gravă în care se poate afla un spiritualist. Nu să te îmbolnăvești este cel mai grav, nici să nu ai bani sau să ai o nereușită, ci să nu mai simți iubire, lan, credință. Și cum aceasta se poate întâmpla oricui, trebuie să știți să faceți față acestei situații. Chiar în plin pustiul trebuie să fiți capabili să spuneți: „Doamne, Dumnezeuule, sunt în mâinile Tale, Tu ești cel care mi-ai ales calea și, indiferent dacă pe ea există apă sau nu, eu merg pe ea, căci sunt în slujba Ta. Te iubesc Doamne, ajută-mă!” Asta este, nu trebuie să acceptați să vă pierdeți atât de ușor credința și iubirea, ci să continuați cu și mai mult zel, iar credința voastră să fie de două ori mai puternică. Este singura voastră salvare. Nu vă opriți cu impresia că v-ați rătăcit în pustiul, străduiți-vă să mergeți mai departe, căci veți găsi, cu

siguranță, un fruct sau apă; chiar și în mijlocul unui pustiu există o oază. Continuați să mergeți până veți găsi în interiorul vostru o oază cu Apă, care vă va da posibilitatea de a vă continua drumul. Această Apă este umilința, este iubirea.

101 - Puritatea permite legătura cu Lumea divină

Vă plângeți că cerul este surd, crud și că nu răspunde chemărilor voastre... De fapt, voi vă aflați scufundați în Lumea divină și dacă, totuși, vă simțiți atât de izolați, despărțiți de Ea, aceasta este din cauză că, prin gândurile și sentimentele voastre inferioare, v-ați creat învelișuri opace care, asemenea unui ecran, vă împiedică să mai comunicați cu Ea. Dacă veți lua hotărârea să lucrați asupra voastră înșivă, să vă curățați, să vă purificați corpurile subtile pentru a le reda receptivitatea și sensibilitatea, veți descoperi că nu există nimic care să vă separe de Cer. Pentru un spiritualist, este deosebit de important să știe cum să elimine impuritățile din organismul sau psihic; tocmai de aceea exercițiile de purificare trebuie să ocupe un loc important în viața sa, și nu numai cele de purificare fizică: respiratorii, abluțiuni, post etc., ci și cele de purificare prin mijloace spirituale: concentrarea, rugăciunea. Prin aceste exerciții, el introduce în el o substanță care dezagregă toate elementele străine și nocive, dă posibilitate Vieții divine să înceapă să circule prin el. De aceea, în fiecare zi, o dată, de două ori, gândiți-vă la curăție, la purificare. Faceți loc

Apei să circule prin voi, Apei pure din Ceruri. Această Puritate vă va aduce nu numai toate binecuvântările, dar prezența voastră va fi folositoare și celorlalți: veți face bine tuturor fapturilor pe care le veți întâlni, le veți lumina și le veți pune și pe ele în contact cu Cerul.

102 - Cerul nu răspunde decât la semnale luminoase

Pentru a atrage Spirite divine și a le trezi dorința de a vă veni în ajutor, trebuie ca viața pe care o duceți să fie în acord cu Legile divine. Altfel, ele își închid ochii, își astupa urechile, nu văd și nu aud nimic, vă lasă să vă spargeți singuri capul. Le puteți atrage atenția asupra voastră numai prin felul vostru de a trăi. Ele trebuie să vadă semnalele, Lumina care tâșnește. Numai atunci când, zărind din depărtare o ființă din a cărei inimă, suflet și Spirit țâșnesc zilnic scânteii și focuri de artificii, minunat colorate, ele își spun: „Ia te uită, ce sărbătoare este acolo; hai să mergem și noi!” și se apropie, le cade dragă acea ființă și, adesea, își fac lăcașul în ea pentru a-i fi de ajutor și, atunci, totul devine ușor acelei ființe. Iată de ce merită să vă schimbați felul de viață: pentru a atrage ajutorul și chiar prezența tuturor acestor Spirite luminoase care vor veni să vă ajute în munca voastră spirituală.

103 - Recunoștința, cheia fericirii

Vă plângeți: „Ah, cât sunt de nefericit!” „Bine, de acord, dar ați mulțumit astăzi?” „Să mulțumești cui și

pentru ce?” „Puteți să respirați și să mergeți?” „Da: „„Ei bine, mulțumiți domnului, pentru că există oameni care nu pot nici să meargă, nici să mănânce, nici să deschidă gura!” Sunteți nefericiți pentru că niciodată nu v-ați gândit să mulțumiți. Pentru a vă schimba starea, este mai întâi nevoie să recunoașteți că nu este nimic mai minunat decât faptul de a fi viu, de a putea merge, a putea privi, a putea vorbi. Știți voi câte miliarde și miliarde de Entități, elemente și particule sunt puse în joc pentru a putea menține în viață un singur om? Nu vă dați seama, și sunteți mereu revoltați și nemulțumiți. Deveniți recunoscători! De cum vă sculați mâine dimineată, mulțumiți Cerului. Câți oameni nu se mai trezesc deloc dimineata sau se trezesc paralizați! Spuneți: „Îți mulțumesc, Doamne, pentru ca Tu mi-ai dat și astăzi viață și sănătate; Doamne, voi împlini voia Ta!” Însușirile voastre, talentele voastre, virtuțile voastre sunt, de fapt, trimiși ai Cerului care și-au făcut lăcaș în voi pentru a lucra. Trebuie să deveniți conștienți de acest fapt, căci, în ziua în care deveniți mândri de succesele voastre, ca și cum tot meritul v-ar reveni vouă, Într-un fel sau altul, acești prieteni se vor îndepărta și veți pierde acel talent sau acea virtute. Câți oameni nu și-au pierdut talentul din cauza orgoliului! În timp ce alții, din contră, și-au atras calitățile sau le-au amplificat prin umilința lor. Și când vă simțiți fericiți, încântați, fără să aveți vreun motiv deosebit, să știți că atunci ați primit vizita Făpturilor cerești. Dacă nu apreciați ceea ce ele fac pentru voi, veți pierde această stare. Pe urmă, degeaba vă veți strădui să

le mai regăsiți, s-a terminat, aceste ființe nu vă mai vizitează, nu vă mai aruncă nici o privire, nu vă mai zâmbesc, nu vă mai adresează nici un cuvânt, nu mai mișcă nici un deget pentru voi. Singurul lucru, care poate nemulțumi Spiritele luminoase, este lipsa de recunoștință. Le place să fie apreciată dragostea lor, generozitatea lor. Ele cunosc și chiar scuză defectele și slăbiciunile voastre, nu se împiedică de ele; din contră, ele spun: „O, săracii, în ce hal sunt, trebuie să-i ajutăm!” Dar, dacă văd că nu le apreciați prezența, ele vă părăsesc. Nu pentru că ar avea nevoie de această recunoștință, dar dacă nu le apreciați, nu veți putea niciodată să profitați, într-adevăr, din plin, de tot ceea ce ele ar putea să vă dăruiască. Deci, nu uitați cel mai mare secret, cea mai importantă cheie pentru fericirea și promovarea voastră, este recunoștința. Atâta vreme cât veți aprecia darurile Sale, Cerul nu vă va părăsi.

104 - A ști să scăpați de Rău

Să presupunem că ați pornit într-o plimbare prin pădure și că v-ați rătăcit, că ați părăsit drumul și că ați luat-o pe un drum care v-a condus într-o regiune mlăștinoasă, plină cu muște, viespi, țânțari și șerpi. Și, iată-vă, dintr-odată amenințați, asaltați, pișcați... Ei bine, ce va trebui să faceți în această situație? Să o luați la fugă, să faceți cale întoarsă, în căutarea drumului corect. Cum vreți să scăpați de toate aceste insecte și târâtoare? Singura cale este de a părăsi ținutul lor. Tot așa, dacă din

nebăgare de seamă v-ați rătăcit în regiunile inferioare ale planului astral, populat de Entități răufăcătoare, care încep să vă înțepe, să vă muște, grăbiți-vă să părăsiți acele locuri. În planul psihic al gândurilor, al emoțiilor, al sentimentelor, nu este recomandat de a zăbovi sub influența curenților negativi, pentru că este o zonă periculoasă, și este întotdeauna mai bine să se evite confruntarea. Dacă zăboviți în întuneric, nu-l veți învinge: el va fi cel învingător. Dacă zăboviți în ură, ura este cea care vă va distruge. Dacă zăboviți în frică, în senzualitate, în pasiuni, în răutate, ele vă vor învinge, nu voi pe ele. De aceea trebuie să le părăsiți cât mai degrabă. În planul fizic și în planul psihic nu lucrează aceleași legi. În plan fizic, trebuie să dați dovadă de voință, de tenacitate, să vă susțineți punctul de vedere, deci să nu cedați teren, ci să vă angajați, să luptați pentru a vă întări; în timp ce, în plan psihic, este mai bine să nu vă opuneți Forțelor ostile. Veți întreba: „Dar cum să scăpăm de ele?” Există atât de multe căi! Și una dintre cele mai eficiente este rugăciunea.

105 - Rugăciunea, cel mai sigur adăpost

Rugăciunea este actul prin care ne ridicăm până la acea Lume plină de Lumină unde Domnul a așezat tot ceea ce ne este de trebuință pentru echilibrul nostru, pacea noastră, înflorirea noastră. Se poate întâmpla ca Dumnezeu Însuși să nu știe că noi avem nevoie de ceva, și, de fapt, nici nu este necesar ca El să știe: din moment

ce totul ne-a fost pus la îndemână, ține numai de noi ca să ne ridicăm și să luăm toate cele de trebuință, pe care le cer inima și sufletul nostru, și chiar să ne refugiem acolo. Să luăm un exemplu: cel din urmă. Sunteți urmăriți de vrăjmași și alergați, alergați pentru a scăpa de ei. Și iată cum, cu sufletul la gură, plini de colb, nimeriți într-o adunare de oameni care tocmai mănâncă, beau și se bucură cu cântece, dansuri, miresme... Nimeni nu va spune: „Hei, tu de colo, ce faci aici? Ești un intrus, ieși afară!” Din contră, sunteți bine primit, vi se dă cu ce să vă spălați, să vă îmbrăcați și sunteți invitat la ospăț. Vrăjmașii noștri, în tot acest răstimp, au rămas afară la poartă și nu vă pot face nici un rău... Ei bine, aceasta este rugăciunea: Alergați, alergați, ca să scăpați de curenții dăunători, de Entitățile răufăcătoare care vă persecută și ajungeți într-un loc unde Domnul se bucură în tovărășia Îngerilor, a Arhanghelilor și a tuturor divinităților. Domnul nu dorește decât să vă primească în mijlocul lor. Puteți rămâne acolo oricâtă vreme doriți; în același timp, vrăjmașii voștri se vor retrage cu buzele umflate; apoi veți putea reveni la voi acasă, copleșiți. Deci, de aici înainte, când vă veți simți tulburați, nefericiți, în loc să mergeți să vă plângeți în dreapta și stânga, să luați calmante sau excitante, încercați să schimbați regiunea în care vă aflați, făcând apel la acest mijloc minunat și atât de folositor pe care Marii Inițiați ne-au învățat: rugăciunea. În situațiile cele mai grele gândiți-vă că nimic nu este definitiv și că trebuie doar să vă mișcați din acel loc. Da, să vă mișcați din acel loc. Domnul nu va veni să vă caute acolo unde vă

aflați, el nu va trage de voi ca să vă scoată din Infern și să vă așeze în Ceruri. Voi sunteți cei care trebuie să vă străduiți pentru a vă ridica până la El.

106 - Retrăiți bucuriile spirituale

Când ați reușit să atingeți o stare bună, este important să știți cum să procedați pentru ca să o prelunghiți. În realitate, când ați trăit o stare de armonie, de împlinire, este ca și cum ați gravat niște amprente: ele rămân în voi de neșters. „Atunci, mă veți întreba, de ce această stare nu se menține? De ce, în minutele următoare ne simțim îngrijorați, descurajați?” Pentru că viața este o curgere continuă; momentele se succed, creându-vă mereu alte impresii, întâmplări noi, și, cum nu ați fost suficient de vigilenți, n-ați știut să rămâneți pe aceleași amprente, v-ați lăsat dus de alte idei, de alte sentimente, de alte activități și v-ați pierdut pacea și bucuria. Dar, ceea ce trebuie să știți, este că amprentele stărilor pe care le-ați trăit au rămas undeva în voi, așezate ca discurile sau benzile magnetice, în discoteca voastră. În ziua în care vă veți aminti că există acolo o voce minunată care cântă melodii cerești, veți putea scoate și pune acel disc în aparatul din interiorul vostru, și iată-vă din nou încântați, entuziasmați: Veți regăsi aceeași stare. Trebuie să vă vină în gând să o faceți... Trebuie să derulați, să reascultați din nou aceste înregistrări divine. Bineînțeles că în viață suntem deseori deranjați, trași, împinși, dar, credeți-mă, în pofida acestora putem

restabili, regăsi și întreține aceste stări superioare de conștiință. Aceasta ține de obișnuința: să trăim vigilenți, cu atenția mereu îndreptată către Lumea divină, începându-ne ziua, de dimineață, cu gândul de a înfăptui totul în acea zi având gândurile îndreptate către Cer. Dacă vă veți obișnui să vă mențineți această atitudine în tot cursul zilei, veți vedea că nimic nu va reuși să vă clatine pentru multă vreme. Bineînțeles că anumite evenimente ne pot întoarce pe dos, nu neg asta: o veste rea, o boală, un accident. Dar, dacă ați luat obiceiul de a păstra în voi stările bune, veți trece peste aceste tulburări mult mai repede, căci veți înțelege că Dumnezeu a dat atotputerea nu materiei, ci Spiritului din voi. Păstrați, deci, cu sfințenie, și cât de mult cu putință, toate trăirile voastre divine, căci fiecare clipă trăită este nemuritoare, o puteți regăsi, ea s-a întipărit în voi și nimeni nu v-o poate lua.

107 - Rămâneți de neclintit

Trebuie să vă întâlniți cu oamenii, să trăiți cu ei, să-i iubiți, dar cu grijă, ca să nu le împărtășiți slăbiciunile. Dăruiți-le câteva particule, câteva raze din inima și din sufletul vostru, dar fără ca să pierdeți nimic din idealul vostru, fără să faceți concesii sau să încălcați Principiile spirituale, rămânând mereu cinstiți, dreți, coreți. Dovedind că sunteți maleabili, trebuie să rămâneți fermi și de neclintit în convingerile voastre. Chiar și tăiat în bucățele, un adevărat slujitor al Domnului rămâne de

neclintit în iubirea sa și credința sa. Dar, pentru a ajunge până aici, el trebuie să posede cunoștințele Științei inițiatice. Cel care își închipuie că, fără aceste cunoștințe, se poate arunca în vârtoarea vieții și să iasă de acolo teafăr, se înșală. O sumedenie de lucruri vă pot ademeni, rățaci, vă pot dezechilibra! Dacă vă veți supraaprecia forțele, veți cădea victimă ca și ceilalți. Deci, instruiți-vă, dezvoltați-vă voința și, mai ales, străduiți-vă să țineți vii în voi toate adevărurile Inițiaților. Spuneți-vă: „Știu că eu nu voi putea niciodată să scap de realitatea zilnică, așa că trebuie să fiu treaz; orice s-ar întâmpla, să nu las să se stingă flacăra din mine, entuziasmul și speranța”. Agățați-vă de aceste adevăruri: grație meditației și rugăciunii, luați câteva guri de oxigen și apoi mergeți să înfrunțați realitatea! În acel moment, veți deveni, într-adevăr, tare și puternic.

108 - Să știți să discerneți dacă o persoană exercită o influență bună asupra voastră

Deseori, vă întâlniți cu câte o persoană și nu știți dacă pentru voi este sau nu bine să o frecvențați. E foarte simplu: dacă simțiți că în prezența ei vă simțiți mai lucid, că ea trezește în voi generozitatea și bunătatea, dacă vă stimulează în muncă, e bine să continuați să vă întâlniți cu ea; indiferent ce vi se spune despre ea, ea vă face bine, și asta contează. Și, din contră, dacă întâlnindu-vă mereu cu o persoană constatați că totul se complică în voi, că nu mai știți unde vă aflați, că nu mai resimțiți pentru ceilalți

decât sentimente de animozitate sau de dezgust, că v-a scăzut elanul pentru orice, străduiți-vă să nu o mai întâlniți. Chiar dacă este o celebritate sau o persoană cu stare, depărtați-vă de ea, căci are o influență nefastă asupra voastră.

109 - Deschideți-vă către influențele benefice

Când vă minunați în fața unei flori, aveți senzația că acea floare este ca o prezență care, prin culorile ei, forma ei, mireasma ei, vă vorbește și își croiește un drum în voi, în corpurile voastre subtile, pentru a trezi în sufletul vostru forma, parfumul și culoarea care îi corespund. Tot la fel se întâmplă și cu un obiect respingător: îl simțiți ca pe o prezență ce introduce în voi elemente nocive. Tot ceea ce se află în jurul vostru, exercită o influență asupra voastră, chiar dacă nu sunteți conștienți. Și, tocmai aceasta este important, să deveniți conștienți, să fiți treji și, în măsura în care puteți, să nu vă expuneți decât influențelor binefăcătoare. De cum simțiți că o faptură sau un obiect vă influențează în bine, trebuie să vă deschideți porțile lăuntrice pentru ca aceste influențe să pătrundă cât mai adânc în voi. Dacă nu vă deschideți către ele, chiar și cele mai minunate lucruri vor rămâne ineficiente, nu vă vor atinge. Deci, mergeți pe malul unui râu, lângă un izvor care tâșnește și gândiți-vă că aceea este imaginea adevăratului Izvor al Vieții care trebuie să tâșnească și să curgă prin voi... Mergeți la Soare, contemplați-l, deschideți-vă către el, pentru ca el să

deschidă în voi Soarele spiritual, căldura, Lumina... Mergeți în preajma florilor și cereți-le secretul parfumurilor, plecați urechea la ele pentru a învăța cum să extrageți chintesențele cele mai parfumate ale inimii și ale sufletului vostru... Dacă vegheați să vă deschideți numai influențelor armonioase, frumoase și pure, veți deveni voi înșivă o binecuvântare pentru toți cei care se vor afla în preajma voastră.

110 - Influența creațiilor artistice

Tot ceea ce omul vede sau aude acționează asupra sistemului său nervos, și, dacă astăzi atâția oameni suferă din cauza tulburărilor psihice, aceasta este pentru că, din ce în ce mai mult, ei trăiesc în dezordine și în urâtenie. Chiar și ceea ce ar trebui să-i lege de Lumea Armoniei și a Frumuseții, arta, a încetat să-și mai îndeplinească misiunea. Din ce în ce mai mult, poezia este doar o înșiruire de cuvinte în care fiecare găsește sensul pe care îl vrea el; muzica, zgomote ciudate și ritmuri violente, dezordonate; Pictura, linii care pornesc în toate părțile și culori parcă aruncate la întâmplare. Toate acestea influențează puternic în negativ oamenii, aducându-i înapoi, către haos. Alegeți, deci, cu grijă cărțile pe care le citiți, muzica pe care o ascultați, imaginile și spectacolele pe care le urmăriți. Încercați să nu vă opriți decât asupra adevăratelor capodopere, ale artiștilor cu adevărat inspirați de Ceruri, pentru a vă lega de existențe mai înalte decât voi. Veți începe, astfel, să

simțiți ceea ce acești creatori au trăit și, chiar în pofida voinței voastre, veți fi aproape obligați să parcurgeți, în urma lor, drumul pe care l-au contemplat și le-au explorat. În aceste regiuni veți gusta și voi din adevărata Viață.

111 - Fiți conștienți și plini de iubire în folosirea obiectelor

Zilnic folosiți o sumedenie de aparate, unelte, obiecte de tot soiul! Și, aproape tot timpul, le mânuiți distrați, neglijenți, cu neîndemânare. De ce nu le apucați conștient, cu grijă și cu iubire? Chiar dacă nu acceptați ideea că felul în care folosiți obiectele poate avea asupra lor o influență nocivă sau binefăcătoare, trebuie să admiteți că ele au, în orice caz, influență asupra voastră. Faceți experiența și veți vedea că, dacă împingeți și trântiți obiectele, efectul este altul decât atunci când le utilizați cu iubire. Trebuie să învățați că, orice ați face, să o faceți încercând să introduceți în gesturile voastre ceva mai bun, mai spiritual.

112 - Consacrați locurile și obiectele

Aveți o casă, un apartament sau, cel puțin, o cameră, folosiți zilnic un anumit număr de obiecte... Aceste obiecte, aceste sălașuri trebuie să le consacrați Divinității, pentru ca ele să servească numai Binele. Cereți Cerului să vă trimită ajutorul Spiritelor luminoase

pentru a vă scăpa de toate particulele și influențele negative. Apoi, consacrați-le unei Virtuți, unei Entități cerești, rugându-le să binevoiască să sălășluiască în acele locuri, sau să impregneze acele obiecte, pentru ca ele să acționeze favorabil asupra voastră, asupra familiei voastre, asupra sănătății soției sau soțului vostru, a copiilor voștri a intelectului lor, a Spiritului lor. Obișnuiți-vă cu aceste practici, și veți vedea cât de mult vă veți simți ajutați, susținuți, întăriți.

113 - Noi lăsam urme peste tot pe unde trecem

Tot ceea ce facem în cursul unei zile lasă urme în locurile pe care le-am ocupat, amprente, clișee, o întreagă memorie care rămâne acolo, fixată în planul eteric, pe pereți, pe mobile, pe obiecte. Nici măcar nu este necesar să atingem obiectele pentru a lăsa urme pe ele; chiar fără a le atinge, simpla voastră prezență, emanațiile corpului vostru fizic, corpului vostru astral, corpului vostru mental, se imprimă în ele. Și prin locurile prin care treceți, asupra persoanelor pe care le frecvențați, lăsați, de asemenea, urme bune sau rele, luminoase sau întunecate. De aceea este atât de important, să lucrați asupra gândurilor și sentimentelor, pentru a le îmbunătăți, a le purifica, știind că nu numai prin fapte, dar și prin gânduri sau sentimente, puteți face atât Bine cât și Rău. Peste tot, orișice ați face, încercați să lăsați numai urme de Lumină și de Iubire. Treceți pe un drum sau pe o stradă; binecuvântați acel drum sau acea stradă

cerând ca toți cei care vor trece pe acolo, după voi, să primească Pacea și Lumina, să fie atrași pe Calea cea dreaptă, să vibreze la unison cu Lumea divină.

114 - Noi influențăm oamenii și întreaga creație

Oamenii sunt rareori atenți la efectele pozitive sau negative ale stărilor în care se găsesc. Chiar și cu ființele pe care le iubesc, se dovedesc neglijenți și neatenți. Când un bărbat are necazuri și este nefericit, tocmai atunci se duce la iubita lui pentru a o lua în brațe și a se consola; prin sărutările lui îi dă ei necazurile sale, descurajarea sa, dar nu-i pasă, nici măcar nu dă atenție acestui fapt. Și câți nu sunt părinții care procedează la fel cu copii lor! Bărbații, femeile, fac tot timpul schimburi între ei. În ce constă aceste schimburi? Numai Dumnezeu știe ce conțin, sau, mai corect spus, numai Diavoli o știu! Când suntem iritați, nervoși, sau prost dispuși, nu-i atingeți pe ceilalți, mai ales pe copii, și nici nu le înmânați nimic, căci, odată cu furia și cu proasta voastră dispoziție, îi antrenați în partea negativă. Și chiar atunci când pregătiți de mâncare, fiți atenți să nu vă aflați în orice stare de spirit, știind că gândurile și sentimentele voastre vor impregna hrana pe care familia sau prietenii voștri o vor absorbi. Învățați și obișnuiți-vă să fiți atenți la tot ceea ce faceți, dezvoltându-vă conștiința și sensibilitatea. Trebuie să nu uitați niciodată că stările voastre lăuntrice nu vă privesc numai pe voi, ci îi influențează și pe ceilalți. Chiar dacă nu o simțiți foarte limpede, vă aflați în legătură cu

toți membri familiei, ai societății, iar atunci când progreseți, toată lumina și bogățiile pe care le primiți se reflectă asupra persoanelor de care sunteți legați. Datorită progresului vostru, progresează și ele. Poate că ele nu-și dau seama, dar Cerul vede că ele progresează datorită vouă. Și, același fenomen se petrece, dacă începeți să vă întunecați, să coborâți: familia voastră și societatea, care sunt legate de voi, sunt supuse din cauza voastră unor influențe nefaste. Așa se face că atragem după noi ființele către Ceruri sau către Infern. Ei bine, da, suntem răspunzători. Deci, doriți să fiți utili, să ajutați întreaga omenire, chiar și animalele, plantele, copacii?... Încercați să faceți viața voastră din ce în ce mai spirituală, căci, pe nesimțite, în mod subtil, antrenați întreaga Creație către înălțimi, atrageți binecuvântări asupra tuturor ființelor.

115 - Aveți libertatea de a accepta sau de a refuza influențele

Trebuie să știți că numai de voi depinde dacă acceptați sau nu o influență. Chiar și Spiritele Răului nu au nici o putere asupra voastră, dacă vă închideți față de ele. Bineînțeles că dacă nu aveți discernământ, dacă nu știți să vă protejați, dacă nu luați măsuri de prevedere, ele vă pot atrage spre Infern. Ele știu cum să vă ademenească cu felurite momeli și, dacă mușcați și înghițiți cârligul, sunteți în plasă și, cu binișorul, ele vă conduc spre pieire. Dumnezeu le-a dat această putere,

dar numai dacă voi sunteți slabi, dacă nu sunteți luminați. Dar dacă refuzați să vă lăsați atrași în direcția în care ele vor să vă conducă, și, în plus, vă așezați sub influența Spiritelor luminoase, veți scăpa de ele, ele nu vor avea nici o putere asupra voastră.

116 - Purificați-vă de tot ceea ce ar putea hrăni pe cei nedoriți

Dacă lăsați să zacă prin casă resturi de mâncare, foarte curând, tot felul de insecte, muște, viespi, furnici, șoareci, vor veni să se hrănească. Murdăria le atrage. Pentru a scăpa de ele trebuie să faceți curățenie. Altă soluție nu există. Să le goniți sau să le omorâți nu este suficient; atâta vreme cât veți lăsa să zacă prin casă resturi, veți avea și insecte, căci vor veni mereu altele. Pentru a scăpa de ele, pentru totdeauna, trebuie să faceți curățenie și, astfel, ele se vor duce să-și caute hrană în altă parte. Trebuie să știți că, de asemenea, dacă acceptați și păstrați în voi anumite sentimente, dorințe sau gânduri care nu sunt nici luminoase, nici pure, vor veni anumite Entități întunecate, cărora le plac aceste impurități, și veți fi săcâiți, chinuiți. Orice ați face, atâta vreme cât păstrați în voi elemente care fermentează, care putrezesc, veți fi pradă acestor nedoriți. Pentru a scăpa de ei este necesar să vă supravegheați gândurile și sentimentele, să lucrați asupra lor cu scopul de a le purifica și a le transforma într-o hrană plăcută Spiritelor cerești.

117 - Consacrarea Spiritelor luminoase

Spațiul este locuit de miliarde de Entități răufăcătoare, care au jurat pieirea speței umane. Bineînțeles că este locuit și de nenumărate Entități luminoase, care sunt acolo pentru a o ajuta și a o apăra. Da, dar ajutorul și protecția lor nu pot fi cu adevărat eficiente dacă oamenii înșiși nu fac nimic. Dacă inima voastră, sufletul și Spiritul vostru rămâne deschis către cele patru vânturi, fără a fi consacrate și împrejmuite de o barieră de Lumină, cei nedoriți au dreptul de a intra, de a face vraște și de a pleca luându-vă toate comorile. Ei nu sunt vinovați, voi sunteți cei care trebuie să luați măsuri pentru a-i ține la distanță și a atrage, din contră, Spiritele luminoase, spunând, în fiecare zi: „Doamne, Dumnezeule, Mamă divină, Sfântă Treime, Îngeri și Arhangheli, servitori ai Domnului, servitori ai Luminii, prieteni cerești, toată ființa mea Vă aparține, instalați-Vă în mine, folosiți-mă, dispuneți de mine pentru Slava lui Dumnezeu, pentru Împărăția Cerurilor pe Pământ”. Iată ceea ce trebuie să repetați zilnic. Dacă nu o faceți, să nu vă mire că alții sunt cei care se instalează în voi. Dacă nu vă gândiți să invitați Entitățile cerești, să nu vă mai mirați că alții vor fi aceia care se vor instala în voi, alții deloc cerești. Voi sunteți aceia care hotărâți de cine vreți să fiți „locuiți”. Dacă nu invitați Îngerii, ei nu vor încerca să intre în voi; Diavolii vor fi aceia care vor pătrunde în voi fără să aștepte să fie invitați, căci ei nu au respect pentru nimic.

Dacă vreți să vină Îngerii, voi trebuie să luați hotărârea de a pronunța aceste cuvinte fermecate: „**Iată, aici eu sunt proprietarul, eu sunt stăpânul, deci, veniți, totul vă stă la dispoziție, totul Vă aparține**”. Când aceste Ființe luminoase simt că îndeplinesc voința proprietarului, devin foarte curajoase, se aruncă asupra celorlalte și le gonesc. Dar, atâta vreme cât stăpânul casei nu a pronunțat aceste cuvinte, ele nu fac nimic, ele îi respectă dorința. Ei da, acestea sunt Regulile divine.

118 - Puneți-vă în slujba Cerului pentru a beneficia de protecția Lui

Dacă ați fi, de exemplu, slujbași la Stat, acesta v-ar apăra și, în principiu, nimeni nu v-ar putea ataca fără ca să fiți apărați de către această autoritate care veghează asupra voastră. La fel, cel care se pune în slujba Cerului și vrea să lucreze pentru Cauza divină, devine un fel de „slujbaș” asupra căruia veghează, de aici înainte, Lumea invizibilă. Îngerii îl apără și au grijă de el, el nu se mai simte singur în pustiul vieții, căci este membru al Marii Familii divine. Dacă vă puneți în slujba Cerului, pentru a participa la realizarea Împărăției lui Dumnezeu Și a Dreptății Sale pe Pământ, viața voastră va fi ocrotită de o puternică protecție, Ființe luminoase vor merge alături de voi pentru a vă susține și a vă lumina.

119 - Un talisman adevărat

În timpul războiului, pentru a proteja geamurile de vibrațiile exploziilor violente, care ar fi putut să le facă țândări, oamenii lipeau pe ele benzi de hârtie care neutralizau vibrațiile. Să transpunem acest fenomen în viața interioară: se întâmplă să fim supuși atacurilor gândurilor și sentimentelor negative, care se manifestă ca niște bombardamente riscând să spargă „geamurile”. Ei bine, dacă lipiți benzi de hârtie, adică dacă păstrați în inima voastră imaginea unui Sfânt, a unui Profet sau a lui Hristos, pe care să vă concentrați, deoarece o venerați, deoarece o iubiți, această imagine se opune tuturor vibrațiilor haotice și astfel rezistați. În creștinism au existat, dintotdeauna, mistici care au contemplat și au adorat chipul lui Hristos, considerându-l un talisman destul de puternic pentru a-i lumina și a-i păzi de orice rău. Dacă vreți, într-adevăr, să posedați un talisman, alegeți chipul unei ființe pure, luminoase, drepte, înțelepte, al unui adevărat Fiu al Domnului sau a unei adevărate Fiice a Domnului, și contemplați-l îndelung în fiecare zi încercând să vă identificați cu el.

120 - Aura, cea mai eficientă protecție

Oamenii au știut să perfecționeze nenumărate aparate pentru a se apăra în planul fizic: priviți seifurile, lacătele, ușile blindate, alarmele, ca să nu mai vorbim de arme: tunuri, tancuri, rachete etc... Dar, în plan spiritual,

au rămas săraci, lipsiți, expuși tuturor agresiunilor. Și, cu toate acestea, mijloacele și armele de tot soiul nu lipsesc. Tot ceea ce s-a inventat în plan fizic își are corespondentul și în plan spiritual. Veșmintele, de exemplu, care ne apără de frig, de căldura, de lovituri, de intemperii, de insecte, sunt, în planul spiritual, reprezentate de aura, care este una dintre cele mai eficiente protecții. Adevăratul veșmânt al omului îl constituie aura sa, cu toate culorile ei, care reprezintă calitățile și virtuțile lui. Da, aura este haina spirituală pe care v-o țes virtuțile și, în special, Puritatea și Lumina interioară. În acel moment, nedoriții, care nu găsesc nimic de care să se agațe, pentru că nu există hrană pentru ei și pentru că nu suportă Lumina, vă vor părăsi. Aura are un rol fermecat, ea acționează asupra Spiritelor din Lumea invizibilă, atrăgând Spiritele luminoase și îndepărtându-le pe cele întunecate. În fiecare zi, gândiți-vă să formați de jur împrejurul vostru un cerc de Lumină care luminează neconținut și ale cărei unde beneficătoare se răspândesc asupra voastră și în jurul vostru.

121 - Domnul este punctul nostru de sprijin

Dacă reușiți să-l așezați pe Domnul în vârful existenței voastre, mai presus de toate dorințele, de toate interesele voastre personale, se vor produce în voi transformări mari și veți deveni o lume organizată. A-L plasa pe Dumnezeu în vârful cel mai înalt al ființei tale, însemnează a-ți găsi un punct de sprijin de neclintit.

Când un obiect este suspendat solid, el poate fi balansat în toate direcțiile, tot va reveni în mod automat în poziția de echilibru. Și cu ființa omenească se întâmplă la fel. Atâta vreme cât nu v-ați stabilit solid punctul de sprijin în Dumnezeu, veți fi dezechilibrați de orice mică agitație sau dezordine din viața voastră. Dar, în ziua în care veți reuși să vă puneți toate speranțele, toată credința, toată încrederea, toată dragostea în Creator, veți rămâne, orice s-ar întâmpla, solizi și rezistenți.

122 - Consacrați-vă inima Domnului

Nu sunteți în siguranță decât atunci când îi dăruieți totul Domnului: Spiritul vostru, sufletul vostru, trupul vostru... Da, chiar casa voastră și banii pe care îi aveți, căci Domnul este singurul în stare să vă sfătuiască cum să-i folosiți în scopuri bune. Dar, înainte de toate, este nevoie să-i dăruieți inima voastră, căci El este cel care v-o cere. De ce? Pentru că în inimă se strecoară Cel Viclean. Inima corespunde planului astral, care atinge planul fizic: de aceea Forțele întunecate din lumea subpământeană o pot influența mai ușor decât pot influența sufletul și, mai ales, Spiritul. Orice rău ați face, nu puteți antrena și Spiritul. Spiritul este o scânteie care nu poate fi niciodată întunecată sau stinsă, căci se află prea aproape de Dumnezeu. Domnul vă cere inima voastră, dar voi îi răspundeți: „Și de ce, Doamne? Inima mea este dăruită aceluia sau aceleia...” „Bine, înțeleg, și ne-am înțeles, spune Domnul, dar dăruiește-Mi-o cu toate acestea,

pentru că toate nenorocirile și suferințele tale provin din faptul că tu îți păstrezi inima pentru tine și ea îți joacă doar feste”. Dăruieți, deci, Domnului inima voastră, și ea va fi în siguranță. El știe cum să umble cu ea, El nu o va lăsa să-i scape, să cadă, în timp ce cu cel sau cu cea pe care îi iubiți nu puteți fi niciodată siguri. Atâta vreme cât nu-i dăruieți Domnului inima voastră, veți fi permanent expuși la mari tulburări lăuntrice. Câte ființe deosebite nu au fost târâte de către inima lor în tot felul de dezordini sau de nebunii! Inima... nimeni nu este la adăpost de Demonii care caută să pună stăpânire pe inima omenească. De aceea, trebuie să căutați mereu paza Cerului, dăruindu-i inima voastră Domnului. Și Domnul va trimite Îngeri ce se vor așeza în inima voastră și vor lucra pentru a o păstra la adăpost.

CUPRINS

1 - Viața, bunul cel mai de preț.....	2
2 - Să împăcăm viața materială cu Viața spirituală	3
3 - Consacrați-vă viața unui țel superior	4
4 - Viața zilnică: o materie pe care Spiritul trebuie să o transforme.....	5
5 - Nutriția, privită ca o activitate yoga.....	6
6 - Respirația.....	8
7 - Dimensiunea psihică și spirituală	9
8 - Cum să recuperăm energiile	10
9 - Iubirea ne face neobosiți	11
10 - Progresul tehnic oferă omului timp liber pentru o activitate spirituală.....	12
11 - Aranjați-vă locuința interioară	13
12 - Lumea exterioară este o reflectare a Lumii voastre interioare.....	15
13 - Pregătiți-vă viitorul, trăind corect prezentul	15
14 - Trăiți prezentul în plenitudine.....	16
15 - Importanța începutului. Fiți conștienți de Forțele pe care le declanșați.....	18
16 - Căutați Lumina înainte de a acționa	19
17 - Supravegheați întotdeauna prima mișcare	21
18 - Conștientizați-vă obișnuințele mentale.....	21
19 - Atenție și vigilență	22
20 - Urmați o singură direcție spirituală.....	24
21 - Insistați mai mult asupra practicii, decât asupra teoriei	25
22 - Puneți calitățile morale înaintea talentului.....	26

23 - Fiți mulțumiți de soarta voastră și nemulțumiți de voi.....	27
24 - Activitatea spirituală nu rămâne niciodată fără rezultate.....	28
25 - Regenerarea corpurilor noastre: fizic, astral și mental	28
26 - Căutați-vă în fiecare zi Hrana spirituală.....	30
27 - Revizuiți-vă periodic viața	30
28 - Puneți în acord scopul și mijloacele	31
29 - Corectați-vă cât mai grabnic greșelile.....	33
30 - Închideți ușa Entităților inferioare	33
31 - Ideile determină acțiunile.....	34
32 - Eforturile noastre contează mai mult decât rezultatele.....	35
33 - Să acceptăm eșecurile.....	36
34 - Imaginația, metodă de lucru asupra ta.....	37
35 - Muzica, suport al activității spirituale	38
36 - Influența benefică a unei colectivități spirituale....	39
37 - Nu vă bazați decât pe activitatea voastră.....	40
38 - Trăiți în poezie.....	41
39 - Cunoașteți-vă bine pentru a acționa corect	42
40 - Porniți cu dreptul	43
41 - Evitați să vă exprimați nemulțumirea.....	43
42 - Ieșiți „cu plin” înaintea celorlalți	44
43 - Mâna, instrument de comunicare și de schimburi	45
44 - Din privirea voastră să radieze viața divină	46
45 - Nu povestiți grijile și necazurile voastre.....	47
46 - Evitați critica; folosiți doar cuvinte pozitive	48
47 - Fiți prudenți cu cuvintele pe care le roștiți.....	50

48 - Orice promisiune devine o legătură.....	51
49 - Cuvântul magic	52
50 - Legătura vie cu Natura	53
51 - Să nu alegem calea cea ușoară, ci ceea ce este în folosul evoluției noastre	54
52 - Progresăm prin rezistențele ce ni se opun	55
53 - Să nu fugim de eforturi și de responsabilități.....	56
54 - Scuzele nu sunt suficiente, greșelile trebuie reparate	57
55 - Inteligența se dezvoltă în confruntarea cu dificultățile	58
56 - Fiecare problemă are o cheie potrivită.....	59
57 - Nu insistați pe laturile dezagreabile ale vieții.....	61
58 - Suferința este un avertisment.....	62
59 - Să mulțumim pentru fiecare încercare	64
60 - Încercările ne obligă să ne folosim propriile resurse	65
61 - Gândiți că suferințele sunt trecătoare	66
62 - Priviți în sus	67
63 - Metoda zâmbetului	68
64 - Metoda iubirii	68
65 - Lecția scoicii perliere.....	69
66 - Învățați să vă împărtășiți fericirea.....	70
67 - Exersarea stăpânirii de sine în relațiile cu ceilalți.....	71
68 - Să rezolvăm problemele prin iubire, nu prin forță.....	72
69 - Învățați să depășiți Legea dreptății.....	73
70 - Fiți capabili de gesturi dezinteresate	75
71 - Folosiți-vă de simpatii pentru a prinde curaj, iar de antipatii pentru a vă întări.....	76

72 - Utilitatea dușmanilor.....	77
73 - Transformați răul	78
74 - Adevărații dușmani sunt în noi.....	79
75 - Treziți Binele în ceilalți	80
76 - Trăiți cu iubire.....	80
77 - Deveniți asemenea unui Izvor	82
78 - Cerul ne-a dăruit bogății, pentru ca să învățăm să fim generoși.....	82
79 - Uitați-vă dușmanii cu gândul la prieteni	83
80 - Întăriți-vă împotriva criticilor	84
81 - Învățați să vă puneți în situația celorlalți	84
82 - Câteva sfaturi referitoare la copii	85
83 - O metodă pentru a le dezvolta calitățile.....	86
84 - Creați în jurul lor o atmosferă armonioasă.....	86
85 - Oferiți-le o imagine fără cusur.....	87
86 - Condițiile pentru ca o corecție să fie benefică.....	88
87 - Puterea cuvântului dezinteresat.....	89
88 - Aprofundați un Adevăr înainte de a vorbi despre el	90
89 - Începeți prin a deveni voi înșivă mai înțelepți.....	91
90 - Soarele, model de perfecțiune	93
91 - Secretul adevăratei psihologii.....	94
92 - Dincolo de aparențele oamenilor, căutați sufletul și Spiritul lor.....	95
93 - Iubiți fără a-i pune în pericol pe ceilalți.....	96
94 - Iubiți fără a vă pune în pericol.....	97
95 - Numai îmbogățindu-vă în preajma Domnului puteți ajuta celelalte făpturi.....	98
96 - Circulația iubirii	99

97 - Iubirea poartă în ea răsplata.....	100
98 - Cel ce știe să se deschidă către ceilalți nu este niciodată singur.....	101
99 - Prezența divină este singura care poate umple cu adevărat sufletul omenesc.....	102
100 - Traversarea pustului.....	103
101 - Puritatea permite legătura cu Lumea divină.....	104
102 - Cerul nu răspunde decât la semnale luminoase.....	105
103 - Recunoștința, cheia fericirii	105
104 - A ști să scăpați de Rău.....	107
105 - Rugăciunea, cel mai sigur adăpost.....	108
106 - Retrăiți bucuriile spirituale	110
107 - Rămâneți de neclintit.....	111
108 - Să știți să discerneți dacă o persoană exercită o influență bună asupra voastră.....	112
109 - Deschideți-vă către influențele benefice.....	113
110 - Influența creațiilor artistice.....	114
111 - Fiți conștienți și plini de iubire în folosirea obiectelor	115
112 - Consacrați locurile și obiectele.....	115
113 - Noi lăsăm urme peste tot pe unde trecem.....	116
114 - Noi influențăm oamenii și întreaga creație.....	117
115 - Aveți libertatea de a accepta sau de a refuza influențele	118
116 - Purificați-vă de tot ceea ce ar putea hrăni pe cei nedoriți.....	119
117 - Consacrarea Spiritelor luminoase	120
118 - Puneți-vă în slujba Cerului pentru a beneficia de protecția Lui.....	121

119 - Un talisman adevărat.....	122
120 - Aura, cea mai eficientă protecție	122
121 - Domnul este punctul nostru de sprijin.....	123
122 - Consacrați-vă inima Domnului	124